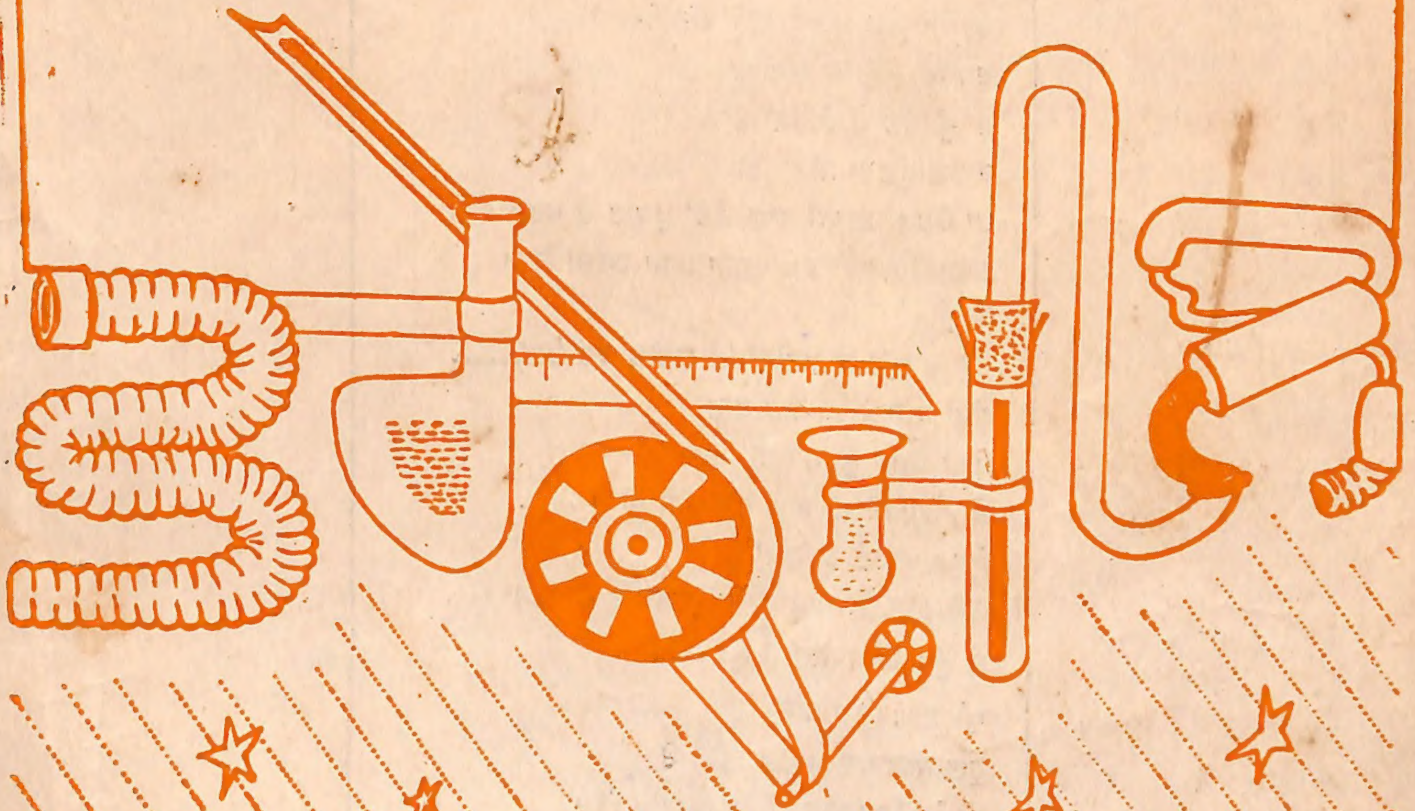


ਸੁਭਾਈ-ਕਾਗਜ਼-੧੨

# ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ

ਦਾ ਤਰਜਮਾਨ



- ਦਿਲਗੀਰੀ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਿਆ ਜਾਵੇ
- ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੰਗ
- ਵਾਲ ਚਿੱਟੇ ਕਿਉਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?
- ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਪਦਾਰਥਵਾਦ
- ਪਹਾੜਾਂ ਉਪਰ ਠੰਡ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?
- ਅੰਨ੍ਹੀ ਰਈਅਤ ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੀ
- ਹੱਡ ਬੀਤੀਆਂ ਜੱਗ ਬੀਤੀਆਂ
- ਆਟੇ ਦਾ ਰੰਗ ਨੀਲਾ ਹੋਇਆ।
- ਜਰਾ ਮੁਸਕਰਾਓ
- ਤਰਕ ਦਰਪਣ

5/-

ਅੰਧ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਮੂਰਖ, ਨਿਖੱਟੂ ਤੇ ਨਿਕੰਮੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਧਰਮ ਹੈ।



## ਇਜਾਜ਼ਤ

### Permission

ਮੈਂ ਹੇਮ ਰਾਜ ਸਟੈਨੋ, ਮਾਲਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ 'ਤਰਕਸ਼ੀਲ' ਸਟਾਲਿਨਜੀਤ ਸਿੰਘ (ਪਿੰਡ ਤੇ ਡਾਕਖਾਨਾ ਡੋਡ, ਜਿਲ੍ਹਾ ਫ਼ਰੀਦਕੋਟ) ਨੂੰ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅੰਕਾਂ ਦੀਆਂ ਪੀ.ਡੀ.ਐੱਫ. ਫਾਈਲਾਂ ਬਣਾ ਕੇ ਆਨ-ਲਾਈਨ ਪਾਉਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹਾਂ। ਇਹ ਇਜਾਜ਼ਤ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦੇ ਅੰਕਾਂ ਦੀਆਂ ਸਿਰਫ ਪੀ.ਡੀ.ਐੱਫ. ਫਾਈਲਾਂ ਬਣਾ ਕੇ ਆਨ-ਲਾਈਨ ਪਾਉਣ ਲਈ ਹੀ ਹੈ। ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦੀ ਸਮਗਰੀ ਦੇ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਹੱਕ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੋਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਹਨ।

I Hem Raj Steno, owner and publisher of Tarksheel, hereby grant permission to Stalinjit Singh (V.P.O. Doad, Distt. Faridkot) to upload online all issues of Tarksheel in PDF format. This permission is only for uploading issues online in PDF format. The copyright and all other rights for Tarksheel's content remains with Tarksheel Society Punjab (Regd).

ਦਸਤਖਤ - Signature .....

ਪਤਾ - Address : Tarksheel Bhawan

Tarksheel Chowk, Sanghera Bypass

BARNALA-148101 (Punjab)

ਮਿਤੀ - Date : 14/10/2022



## ਸਦੀ ਪਲਟ ਚੁੱਕੀ ਏ

—ਡਾ: ਚਮਕੌਰ ਸਿੰਘ 'ਕੁੱਖਾ'

ਸਦੀ ਪਲਟ ਚੁੱਕੀ ਏ  
ਤੇ ਜਦੋਂ ਤੇਰਾ ਬੀਮਾਰ ਮੋਲਾ ਬਲਦ  
ਪੱਠ ਨਹੀਂ ਸੀ ਖਾਂਦਾ ਤਾਂ ...  
ਤਾਂ ਨੇ ਮੋਲੇ ਬਲਦ ਉੱਤੇ ਸੱਤ ਮਿਰਚਾਂ  
ਚੁਹਾ ਕੇ ਚੁੱਕੀ 'ਚ ਸੁੱਟੀਆਂ  
ਤੇ ਤੂੰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਜੋਤਿਸ਼ੀ ਤੋਂ  
ਕਾਰਣ ਪੁੱਛਦਾ ਸੀ —  
ਤਾਂ ਪੰਡਤ ਚਲਾਕੀ ਨਾਲ ਤੇਥੋਂ ਪ੍ਰਵਾਰ ਦੇ ਖਰਚ ਲਈ  
ਦਿਹਾੜੀ ਬਣਦੀ ਦੇਖ ਖਰਚਾ ਹਾਸਾ ਹਸਦਾ ਰਿਹਾ  
ਤੇ ਤੂੰ  
ਉਸ ਦੇ ਲੁੱਟ ਦੇ ਤਵੀਰਾਂ 'ਤੇ ਯਕੀਨ ਕਰ ਬੈਠਾ.....  
ਤੇਰੀ ਕਮਾਈ ਦੀ ਇਕ ਬਾਹ  
ਮੋਲਾ ਪੰਡਤ ਨੂੰ 'ਪਾਖੰਡੀ' ਆਖ  
ਤੈਨੂੰ ਗਰੀਬੀ ਦਾ ਰਾਹ ਦੱਸ ਚੁੱਕੀ ਸੀ ਤੇ ....  
ਪੰਡਤ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ  
ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਮਾਤਾ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਵਾਉਂਦਾ ਰਿਹਾ।  
ਤੇ ਤੂੰ ਅਗਿਆਨਤਾ ਦੇ ਨੁੰਗੇ ਵਿੱਚ  
ਘੁੰਮਣ ਘੇਰੀਆਂ ਖਾਂਦਾ ਰਿਹਾ ...  
ਹੁਣ ਜਾਗ ਸਦੀ ਪਲਟ ਚੁੱਕੀ ਏ  
ਤੂੰ ਅੰਧ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਦੀ ਹਨੇਰੀ ਰਾਤ ਵਿੱਚ  
ਆਪਣੀ ਕਿਸਮਤ ਲੱਭਦਾ ਫਿਰਦਾ ਏਂ।  
ਤੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਾਗੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਚੰਦ ਉੱਤੇ  
ਜਿਸ ਦੀਆਂ ਤੈਨੂੰ ਪਖੰਡੀ ਪੰਡਤ  
ਬਾਤਾਂ ਪਾ ਕੇ ਠਗਦਾ ਰਿਹਾ ਏ  
ਹੁਣ ਉਸਦੀ ਹਿੱਕ 'ਤੇ ਸਾਡੇ ਪੈਰ ਨੇ  
ਤੇ ਹੁਣ  
ਤੂੰ ਇਹਨਾਂ ਪਾਖੰਡਾਂ ਤੋਂ ਬੁਰਕਾ ਲਾਹ ਤੇ  
ਵਿਗਿਆਨ ਨੂੰ 'ਜੀ ਆਇਆ' ਕਹਿ ਤੇ  
'ਦੱਬ ਕੇ ਵਾਹ, ਰੱਜ ਕੇ ਖਾਹ'  
ਨੂੰ ਭੁੱਲ ਜਾਹ ਤੇ ਹੁਣ  
'ਅਕਲ ਨਾਲ ਵਾਹ, ਰੱਜ ਕੇ ਖਾਹ'  
ਸਦੀ ਪਲਟ ਚੁੱਕੀ ਏ।

ਸੰਪਾਦਕ :

ਬਲਵਿੰਦਰ ਬਰਨਾਲਾ

ਸੰਪਾਦਕੀ ਬੋਰਡ

ਬਲਵਿੰਦਰ ਬਰਨਾਲਾ

ਰਾਜਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਅਵਤਾਰ ਗੋਂਦਾਰਾ

ਰਣਧੀਰ ਗਿੱਲਪੱਤੀ

ਰਾਮ ਸਵਰਨ ਸਿੰਘ

ਪ੍ਰਬੰਧਕ :

ਰਾਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਭਦੋੜ

ਮੁਹੱਲਾਂ ਬੁੱਟਰਾਂ ਦਾ

ਭਦੋੜ (ਸੰਗਰੂਰ)

ਰਚਨਾਵਾਂ ਭੇਜਣ ਲਈ ਪਤਾ :

ਸੰਪਾਦਕ ਤਰਕਸ਼ੀਲ

ਪੋਸਟ ਬਾਕਸ ਨੰ: 22

ਬਰਨਾਲਾ-148101

ਚੰਦੇ ਭੇਜਣ ਲਈ ਪਤਾ :

ਅਵਤਾਰ ਗੋਂਦਾਰਾ

ਐਡਵੋਕੇਟ

ਜਿਲਾ ਅਦਾਲਤ

ਫਰੀਦਕੋਟ (ਪੰਜਾਬ)

ਸਲਾਨਾ ਚਿੱਠੀ : 25 ਰੁਪਏ

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ :

ਅਵਤਾਰ ਗੋਂਦਾਰਾ ਨੇ ਜੁਗਤੀ-ਮੁਕਤੀ

ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਪ੍ਰੈਸ, ਬਠਿੰਡਾ ਤੋਂ ਛਪਦਾ ਕੇ

ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਵਾਸਤੇ

ਫਰੀਦਕੋਟ ਤੋਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤਾ।

## ਸੰਪਾਦਕੀ

ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਅਕਸਰ ਅਜਿਹੇ ਮਾਪੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨਾਲ ਵਾਸਤਾ ਪੈਂਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਵਿਕਰਮੰਦੀ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਇਹ ਸੁਆਲ ਪੁੱਛਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਚੰਗਾ ਸਾਹਿਤ ਕਿੱਥੋਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ? ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਿਹੜੇ-ਕਿਹੜੇ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਛਪਦੇ ਹਨ ? ਇਹ ਸੁਆਲ ਅਨਪੜ੍ਹ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਲੋਂ ਆਉਣ ਤਾਂ ਗੱਲ ਸਮਝ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਦੇਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਬਹੁਤੇ ਸੁਆਲੀ ਅੱਖਰ ਗਿਆਨ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂ ਇਹ ਮੰਨ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਾਪੇ ਬਣਨ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਲੈਣ ਉਪਰੰਤ ਵਿਅਕਤੀ ਸੁਝਵਾਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਕਿਤਾਬਾਂ, ਰਸਾਲਿਆਂ ਜਾਂ ਗਿਆਨਪ੍ਰਾਪਤੀ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ ਜਾਂ ਵਿਆਹ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀ ਨੇ ਗਿਆਨ ਦੇ ਭੰਡਾਰ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਗੱਲ ਇਸ ਤੋਂ ਉਲਟ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਉਪਰੋਕਤ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸੁਆਲਾਂ ਦਾ ਮਨ 'ਚ ਉੱਠਣਾ ਸਿੱਧ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸੁਆਲ ਕਰਤਾ ਖੁਦ ਭੰਬਲ ਭੂਸੇ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ ਹੋਰ ਗਿਆਨ ਅਤੇ ਸੂਝ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਵੈਸੇ ਵੀ ਇਹ ਲੋੜ ਤਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

ਬਹੁਤੇ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਸੁਆਲੀ ਘਰਾਂ ਦੇ ਮਹੌਲ ਨੂੰ ਬੌਧਿਕ ਜਾਂ ਅਕਾਦਮਿਕ ਬਨਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤਾਂ ਦੂਰ ਦੀ ਗੱਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ 'ਚ ਨਾ ਹੀ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਸੁਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ। ਰੋਟੀ, ਕਪੜਾ, ਫੀਸਾਂ ਅਤੇ ਵੱਕੀਆਂ ਨਸੀਹਤਾਂ ਇੰਨੀ ਦੀ ਵਰਾਸਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਅਜੇਹੇ ਸਖਸ਼ ਦਫਤਰ ਬੈਠਿਆਂ ਜਾਂ ਬਾਜ਼ਾਰ ਫਿਰਦਿਆਂ ਬਿਨਾਂ ਪੰਜ ਸੱਤ ਵੱਧ ਚਾਹ ਤਾਂ ਪੀ ਲੈਣਗੇ, ਪਰ ਦੋ ਰੁਪਿਆਂ ਦਾ ਅਖਬਾਰ ਨਹੀਂ ਖਰੀਦਦੇ। ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਆਮਦਨ 'ਚੋਂ ਸ਼ਰਾਬ, ਤੰਬਾਕੂ ਜਾਂ ਸ਼ੁਗਲ ਮੇਲੇ ਲਈ ਰਾਸ਼ੀ ਤਾਂ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ; ਪਰ ਗਿਆਨ ਵਿਗਿਆਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸਾਹਿਤ ਖਰੀਦਿਆਂ ਹੱਥ ਤੰਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਘਰੇਲੂ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਦੀ ਗੱਲ ਛੱਡੋ ਅਜੇਹੇ ਸੁਆਲੀਆਂ ਦੇ ਘਰੋਂ ਛੋਟੀ ਜੇਮ ਡਿਕਸ਼ਨਰੀ ਵੀ ਮਿਲਣੀ ਦੁਰਲੱਭ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਵੇਰੇ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਅਜੇਹੇ ਸਖਸ਼ ਨਹੀਂ ਜਾਣਦੇ ਕਿ ਬਾਲਗ ਨੂੰ ਵੀ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਹੋਰ ਸਿੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਅਜੇਹੇ ਹੀ ਭੱਦਰਪੁਰਸ਼ਾਂ ਵਰਗਾ ਇਕ ਸੁਆਲੀ ਕਿਸੇ ਸਿਆਣੇ ਕੋਲ ਗਿਆ ਅਤੇ ਸੁਆਲ ਕੀਤਾ—ਅੱਜ ਕੱਲ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਕਿਵੇਂ ਭਰਿਆ ਜਾਵੇ ? ਉਸ ਨੇ ਜੁਆਬ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਤਿੰਨ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ : ਪਹਿਲੀ : ਉਦਾਹਰਣ। ਦੂਜੀ : ਉਦਾਹਰਣ। ਤੀਜੀ : ਉਦਾਹਰਣ।

ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦਾ ਨਵਾਂ ਟਾਈਟਲ ਜੋ ਪਾਠਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਕਾਫੀ ਸਲਾਹਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਇਹ ਸਾਡੇ ਕਲਾਕਾਰ ਮਿੱਤਰ ਕਮਲ ਧਾਲੀਵਾਲ ਨੇ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਅਦਾਰਾ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਇਸ ਮਿੱਤਰ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹੈ।



## ਦਿਲਗੀਰੀ (Depression) ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਬਚਿਆ ਜਾਵੇ ?

—ਬਲਵਿੰਦਰ ਬਰਨਾਲਾ

ਪੰਜਾਬ ਦੀਆਂ ਅਜੋਕੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹਰ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸਹਿਮਿਆ ਤੇ ਦੱਬਿਆ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਣਾ ਭਾਵੇਂ ਉਸਦੇ ਵੱਸ ਦੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਆਸ ਨੂੰ ਤਿਆਗ ਦੇਣ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ ਹੋ ਕੇ ਬੈਠ ਜਾਣ ਨਾਲ ਕੁਝ ਵੀ ਸਮਰਥਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਪੰਜਾਬੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਜਿਥੇ ਕਤਲੋਗਾਰਤ ਦੇ ਦਾਬੇ ਅਧੀਨ ਵਿਚਰ ਰਹੀ ਹੈ ਉਥੇ ਆਰਥਿਕ ਮੰਦਫਾੜਾ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਮਰਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਉਪਰ ਗਹਿਰਾ ਅਸਰ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ। ਨੀਤਕ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਈ ਗਿਰਾਵਟ ਇੱਕ ਹੋਰ ਤਣਾਅ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੱਥ ਹੈ। ਜਿਥੇ ਅਜਿਹੇ ਤੱਥ ਤੇ ਕਾਰਨ ਪੰਜਾਬੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਥੇ ਦਿਲਗੀਰੀ ਪਿੱਛੇ ਕੁਝ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਕਾਰਨ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰੀਰਕ ਬਿਮਾਰੀ, ਸੈਕਸ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਘਰੇਲੂ ਝਗੜੇ, ਬੁਰਾ ਗੁਆਂਢ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਘਾਟ, ਸੈਕਸ ਤੋਂ ਅਸੰਤੁਸ਼ਟੀ ਬਗ਼ੈਰਾ ਬਗ਼ੈਰਾ।

ਸੁਆਲ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹੇ ਅਨੇਕਾਂ ਕਾਰਨਾਂ ਦੇ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਕੀ ਡਿਪਰੈਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ? ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ ਉਪਰ ਸੰਕੇਤ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਆਸ ਦਾ ਪੱਛਾ ਨਹੀਂ ਤਿਆਗਣਾ ਚਾਹੀਦਾ। ਉਸਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ ਆ ਰਹੇ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਾਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਢੰਗ ਅਪਨਾਉਣੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹਨ। ਕਈ ਵਾਰ ਤਾਂ ਸਮੁੱਚੀ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਚੰਡੀਗੜ੍ਹ, ਪੰਜਾਬ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਵਿੱਚ, ਪੱਤਰ ਵਿਹਾਰ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਇੱਕ ਮੁਲਾਜ਼ਮ ਨੂੰ ਇਸ ਕਾਰਨ ਅਜਿਹੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚੋਂ ਗੁਜ਼ਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਬਚਪਨ ਤੋਂ ਹੀ ਸਰੀਰਕ ਪੱਖੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ ਅਤੇ ਕੱਦ

ਦਾ ਮਧਰਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਸਭ ਪੱਖਾਂ ਤੋਂ ਉਹ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੈ। ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੈਂਬਰ ਚੰਗੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਵਿੱਚ ਹਨ। ਆਪਣੀ ਹੀਣ-ਭਾਵਨਾ ਬਿਆਨਦੇ ਹੋਏ ਉਹ ਲਿਖਦਾ ਹੈ 'ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਮੇਰੀ ਹਾਲਤ ਕੁਝ ਜਿਆਦਾ ਹੀ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਬਣੀ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨਿਰਣਾ ਲੈਣ ਦੇ ਅਸਮਰਥ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ਹਾਲਤ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਮੈਨੂੰ ਕਿਧਰ ਲੈ ਜਾਵੇਗੀ, ਸ਼ਾਇਦ ਖਾਤਮੇ ਵੱਲ।' ਇਤਨਾ ਉਦਾਸ ਅਤੇ ਦਬਿਆ ਹੈ ਇਹ ਮਿੱਤਰ ਕਿ ਇਸ ਨੇ ਆਸ ਦਾ ਪੱਛਾ ਹੀ ਛੱਡ ਰੱਖਿਆ ਹੈ। ਅੱਗੇ ਲਿਖਦਾ ਹੈ 'ਮੇਰੇ ਤੁਰਨ-ਫਿਰਨ, ਉਠਣ ਬੈਠਣ, ਖਾਣ-ਪੀਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਵਿਗਾੜ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਸਾਰਾ ਸਰੀਰ ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤੱਕ ਕਮਾਨ ਵਾਂਗ ਕਜਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਇਹ ਭਾਵਨਾ ਘਰ ਕਰ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਮੈਂ ਇਸ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚੋਂ ਬਾਹਰ ਵੀ ਆ ਸਕਾਂਗਾ। ਹੁਣ ਤਾਂ ਹਾਲਤ ਇਥੋਂ ਤੱਕ ਖਰਾਬ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਲਗਾਓ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਿਹਾ। ਘਰ ਵਾਲੇ ਵਿਆਹ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਸ ਤਣਾਅ ਭਰੀ ਸਥਿਤੀ ਨੇ ਮੇਰੀ ਜਿਣਸੀ-ਬੁੱਧ ਹੀ ਖਤਮ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਮੇਰੀ ਸੈਕਸ ਵਿੱਚ ਰੁਚੀ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹੀ। ਕਦੇ ਕਦੇ ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੀ ਖਾਣ ਪੀਣ ਵਿੱਚ ਅਨਿਯਮਤਾ ਨੇ ਹੀ ਮੇਰਾ ਮਾਨਸਿਕ ਸੰਤੁਲਨ ਵਿਗਾੜਿਆ ਹੈ। ਜਿਆਦਾ ਤਣਾਅ ਵਾਲੀ ਹਾਲਤ ਸਮੇਂ ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਇਤਨੀ ਗਰਮਾਇਸ਼ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਪਸੀਨੇ-ਪਸੀਨੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ। ਪਰ ਕਦੇ ਕਦੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਨੰਡਕ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਮੈਂ ਤਣਾਅ ਤੋਂ ਕਾਫੀ ਰਾਹਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹਾਂ।'

ਉਪਰੋਕਤ ਉਦਾਹਰਣ ਨੂੰ ਦੇਖਦਿਆਂ ਅਤੇ ਨੇੜਿਓਂ ਵੇਚਦਿਆਂ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਸਾਡੀ ਅੰਤਰ-ਮੁਖਤਾ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਅਧਾਰਿਤ ਸੰਸਾਰਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਹੀ ਤਣਾਅ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦ ਵੀ

ਬੌੜਾ ਬਹੁਤ, ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਅੰਤਰਮੁਖਤਾ ਦੇ ਖੋਲ੍ਹੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਕੇ ਅਸਲੀਅਤ ਦੇ ਨੇੜੇ ਪੁੱਜਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਸਰੀਰਕ ਤਣਾਅ ਘਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਿਲਾਪਣ (Relaxation) ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਸੰਸਾਰ ਪ੍ਰਤੀ ਠੀਕ ਪਹੁੰਚ ਅਪਨਾਉਣ ਨਾਲ ਹੀ ਅਜਿਹੀ ਰਾਹਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਇਕ ਗੱਲ ਨੋਟ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਹੈ ਕਿ ਉਦਾਸੀ, ਖੁਸ਼ੀ ਦਾ ਇਜ਼ਹਾਰ ਕਰਨਾ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਕੁਦਰਤੀ-ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਕੁਝ ਹੱਦ ਤੱਕ ਹੋਣਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਦਾ ਸੰਕੇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਜਦ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਇੱਕ ਖਾਸ ਪੱਧਰ ਤੋਂ ਉਲੰਘ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਕੁਦਰਤੀ (Natural) ਨਾ ਰਾਹਗੇ ਮਾਨਸਿਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹਾ ਅਕਸਰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਵਾਪਰਦਾ ਹੀ ਜਦੋਂ ਕਿ ਘਟਨਾਕ੍ਰਮ ਨੂੰ ਅੰਤਰਮੁਖਤਾ ਦੀ ਹੱਦ ਤੱਕ ਜਮ੍ਹਾਂ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਅਸਲੀਅਤ ਤੋਂ ਟੁੱਟੀ ਸੋਚ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਸੋਚਣਾ ਕਿ ਸੰਸਾਰ ਵਿਚ ਮੇਰੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਖੋਜ ਨਹੀਂ ਰਹੀ, ਮੇਰਾ ਹੁਣ ਕੋਈ ਸਹਾਰਾ ਨਹੀਂ, ਮੇਰਾ ਭਾਰ ਕਿਉਂ ਘਟ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਉਂ ਵਧ ਗਿਆ ਹੈ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਪਿਛੇ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ ਆਦਿ ਆਦਿ। ਅਜਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਾਲੀ ਸਥਿਤੀ ਜਾਂ ਹਾਲਤ ਤੋਂ ਕੰਨ੍ਹੀ ਕਤਰਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਕਾਰਨ ਦੁਚਿਤੀ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਵਿਚਰਨ ਦਾ ਆਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਾਂ, ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੋਚ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਦਹਾਕੇ ਅੰਦਰ ਮਨੋਚਿਕਿਤਸਾ ਦੇ ਖੇਤਰ ਅੰਦਰ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਤਕਨੀਕਾਂ ਦਾ ਬਹੁਤ ਤਿੱਖਾ ਅਤੇ ਡਰਾਮਾਈ ਇਨਕਲਾਬ ਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਜਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਤੇ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਬੰਧਤ ਮਰੀਜ਼ ਅੰਦਰ ਤਿੱਖੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਲਿਆਂਦੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਇਲਾਜ ਵਿਧੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਵਿਧੀ ਹੈ - ਬੋਧਿਕ ਮੁੜ ਉਸਾਰੀ (Cognitive-Restructuring) ਇਸ ਵਿਧੀ ਨੂੰ

ਬੋਧਿਕ-ਵਿਕਾਸ (Cognitive-Therapy) ਵੀ ਕਹਿ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਬੋਧਿਕ ਮੁੜ-ਉਸਾਰੀ ਜਾਂ ਸੋਚ ਤਬਦੀਲੀ ਦੀ ਇਹ ਵਿਧੀ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਨ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜ ਸੰਕਲਪ ਹੋ ਜਾਓ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਤਰਸਯੋਗ ਵੀ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸ ਹਾਲਤ ਤੋਂ ਖਹਿੜਾ ਵੀ ਛੁਡਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸੁਆਲ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਠੀਕ ਲੀਹੇ ਪਾਉਣ ਦਾ ਹੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਉਸ ਸਮੇਂ ਹੀ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਦਿਲਗੀਰੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਦ ਮੌਸਮ ਬਦਲਦਾ ਹੈ। ਇਥੇ ਦਿਲਗੀਰੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਮੌਸਮ ਨਹੀਂ, ਮੌਸਮ ਪ੍ਰਤੀ ਅਪਨਾਇਆ ਮਨੁੱਖ ਦੁਆਰਾ ਨਜ਼ਰੀਆ ਹੈ - ਸੋਚਣ ਢੰਗ ਹੈ। ਇਸ ਵਿਧੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣਾ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਉਸਦੀ ਸੋਧ ਬਦਲਣਾ ਹੈ। ਨਿਰਾਸ਼ਾਵਾਦੀ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਆਸ਼ਾਵਾਦੀ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਬਦਲਣਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਕ ਪੰਜਾਬੀ, ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਅਧੋਗਤੀ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਾਰੇ ਸੋਚੇ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਇਹ ਹਾਲਤ ਸਦਾ ਨਹੀਂ ਰਹੇਗੀ। ਇਤਿਹਾਸ ਗਵਾਹ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਉਥਲਾਂ ਪੁਥਲਾਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਤਾਂ ਵਾਵਰੇਲੇ ਹੀ ਹਨ। ਦੂਜਰਾ ਇਹ ਵਿਧੀ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਉਲਝਣਾਂ ਬਾਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਵੀ ਉਸਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਤਿਆਰੀ ਕਰ ਸਕੋ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਇਮਤਿਹਾਨ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਪ੍ਰਤੀ ਕੀ ਪਹੁੰਚ ਅਪਨਾਉਣੀ ਹੈ ਪੂਰਵ ਅਧਾਰਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਮਤਿਹਾਨ ਨਾਲ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਜਿਠ ਸਕੋ। ਇਸ ਵਿਧੀ ਦੁਆਰਾ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਨੂੰ ਬੂਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬਲ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਤਾਅ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ।

ਸੋਚ-ਤਬਦੀਲੀ ਲਈ ਪਹਿਲਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਦਮ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੋਚਾਂ ਜਿਹਨਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਰਤਾਅ



ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੈ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਦੂਸਰਾ ਫਿਰ ਆਪਣੀ ਅਗਵਾਈ ਦੁਆਰਾ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਇਕ ਵਾਰ ਦ੍ਰਿੜ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਇਸ ਪਾਸੇ ਨੂੰ ਤੁਰ ਪਏ ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਸੁੱਤਸਿਧ ਹੀ ਬਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਜਾਓਗੇ। ਜਿਉਂ ਹੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰ ਲਈ ਫਿਰ ਦਿਨ ਦਿਨ ਤੁਹਾਡੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਨਿਖਾਰ ਆਉਂਦਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਭਾਰੀ, ਗੰਭੀਰ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਸਤਿਕ ਦੇ ਖਲਾਅ ਅੰਦਰ ਲਗਾਤਾਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਤੁਹਾਡਾ ਸਿਰ ਅਜਿਹੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਭਰਿਆ ਪਿਆ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਦਾਸੀਕਰਨ ਜਾਂ ਬੁਰਾ ਸੋਚਣ ਵੱਲ ਲਿਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਮਜ਼ੋਰ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨਾਲ ਤੁੰਨੀਆਂ ਇਹ ਭਾਰੀਆਂ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿਆਦਾ ਸ਼ਕਤੀਸ਼ਾਲੀ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਤਬਰਿਆਂ ਤੋਂ ਹੋੜਦੀਆਂ ਤਾਂ ਨਹੀਂ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਵਿਚਾਰਨਾ ਪਵੇਗਾ ਕਿ, ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨਕਾਰਾਤਮਿਕ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਤਹਿ ਤੱਕ ਜਾਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ? ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਨਖੇੜਾ ਕਰਨਾ ਕੋਈ ਬਹੁਤਾ ਮੁਸ਼-ਕਲ ਨਹੀਂ, ਬਸ ਉਹ ਸਭ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਇੱਕਤਰ ਕਰ ਲਵੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤਾਹਨੂੰ ਵਾਰ ਵਾਰ ਨਕਾਰਾਤਮਿਕ ਰਵੱਈਆ ਅਪਨਾਉਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਅਣਚਾਹਿਆ ਅਚੇਤ ਬਨ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਨਸਿਕ ਖਲਾਅ ਅੰਦਰ ਘੁਸੜਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਨਜਿੱਠਣ ਲਈ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਨ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਉਦਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਦਿਲਗੀਰੀ ਵੱਲ ਝੁਕ ਜਾਂਦੇ ਹੋ।

ਗੈਰ-ਸਿਹਤ ਅਵਾਜ਼ਾਂ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਵਾਰ ਵਾਰ ਇਕੋ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਦਬਾਅ ਅਧੀਨ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਪਛਤਾਵਾ ਕਰਨ, ਸੌਂਕ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਹੀਣਤਾ ਵੱਲ ਧਕੇਲਣ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੀ ਬਿਮਾਰ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਅਜਿਹੇ ਵਿਚਾਰ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ “ਮੈਨੂੰ ਲੋਕ ਘਟੀਆ ਸਮਝਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਲੋਕ ਮੇਰੇ ਤੇ ਸ਼ੱਕ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜਾਂ ਲੋਕ ਮੇਰੇ ਬਾਰੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬੁਰਾ ਸੋਚਦੇ ਹਨ” ਆਦਿ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ

ਵਾਰ ਵਾਰ ਅਪਣੇ ਸ਼ਬਦ ਜਿਹੜੇ ਲਗਭਗ ਮਿਲਦੇ ਜੁਲਦੇ ਹਨ—ਘਟੀਆ, ਬੁਰਾ, ਨੀਤਕਤਾ ਤੇ ਸ਼ੱਕ ਆਦਿ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੁੱਝ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਰਾਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਆਪ ਸੋਚੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪ ਬਾਰੇ ਕੇਵਲ ਅਜਿਹਾ ਨਿਰਨਾ ਹੀ ਕਿਉਂ ਕਰਦੇ ਹੋ? ਤੁਸੀਂ ਅਪਣੇ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਅੱਛਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਪੜਤਾਲ ਕਰੋ ਜਿਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡਾ ਚੌਗਿਰਦਾ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਨਹੀਂ ਬੋਲਦਾ। ਘਟੀਆ ਜਾਂ ਬੁਰਾ ਸਮਝਕੇ ਹੀਣਤਾ ਭਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਅਪਣੇ ਮਨ ਦੀ ਡਿਕਸ਼ਨਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਬਦਲਕੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਅਪਣੀਆਂ ਚੰਗੀਆਈਆਂ ਅਤੇ ਗੁਣਾਂ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦਕ ਅਰਥ ਭਰ ਦਿਉ ਅਤੇ ਇਸ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਨਾਲ ਪਹਿਰਾ ਦਿੰਦੇ ਰਹੋ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖੁਦ ਹੀ ਨਿਕਾਰਨ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋ ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਚਿੰਤਾ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਦੇ ਦੋ ਮੁੱਖ ਤੱਤ ਪੈਦਾ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬੋਲੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਗਲਤ ਅਰਥ ਕੱਢੋਗੇ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸੁੱਤ-ਸਿਧ ਅਪਣੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਕੁੱਝ ਸ਼ਬਦ ਬੋਲਕੇ ਅਤੇ ਨਿਰਾਸ਼ਾ-ਜਨਕ ਭਾਸ਼ਾ ਵਰਤਦੇ ਹੋਵੋਗੇ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੋਚ ਅਸਲੀਅਤ ਤੋਂ ਟੁਟਕੇ ਅਸਲੀ ਅਰਥਾਂ ਤੋਂ ਉਲਟ ਅੰਤਰਮੁਖੀ ਗਲਤ ਨਿਰਨੇ ਲਏਗੀ। ਬਸ ਇਹ ਅਰਥਾਂ ਵਿੱਚਲਾ ਫਰਕ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਫਲਤਾ ਅਤੇ ਅਸਫਲਤਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਕਿਸੇ ਸੰਯੋਗੀ ਦੀ ਮੱਦਦ ਲੈਕੇ ਠੀਕ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕਰੋ। ਅੰਤਰਮੁਖਤਾ ਵਿਚਲਾ ਗਲਤ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਵੈ ਪ੍ਰਤੀ ਨਕਾਰਾਤਮਿਕ ਰਵੱਈਆ ਹੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਸੁੱਟਣ ਲਈ ਜ਼ੰਮੇਵਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਗਲਤ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੇ ਰੋਕ ਲਾਉਣ ਦੀ ਵਿਧੀ ਭਾਵੇਂ ਸਧਾਰਣ ਲੱਗਦੀ ਹੈ ਪਰ ਅਮਲੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਇਸ ਵਿੱਚ ਥੋੜੀ ਕਠਨਾਈ ਜ਼ਰੂਰ ਆਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਨ ਅੰਦਰ ‘ਰੋਕ’ ਸ਼ਬਦ ਵਾਰ ਵਾਰ ਖੜਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਦ੍ਰਿੜ, ਬੇ-ਦਰੇਗ, ਅਤੇ ਸਖਤ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹੋ। ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਦੁਵਿਧਾ ਤਿਆਗ ਦੇਵੋ, ਅੰਦਰੂਨੀ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਛੱਡ ਦੇਵੋ, ਤੁਰੰਤ ਫੈਸਲਾ ਸੁਣਾ ਦੇਵੋ। ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਜਾਂ ਬੇ-ਦਰੇਗਤਾ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕੁਝ ਕੁਝ ਓਪਰੇ ਲੱਗਣ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਰੁਖ ਅਪਨਾਉਣ ਲਈ ਸਵੈ-ਸਿਖਲਾਈ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਦੱਬੀ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਉਥਾਰੋ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਨਕਾਰਾਤਮਿਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਕੋਈ ਮੌਕਾ ਉਭਰਨ ਲਈ

ਨਹੀਂ ਦੇਣਾ। ਬਸ ਇਹ ਸੋਚ ਲਵੋ ਕਿ ਦੁਸ਼ਮਣ ਤੁਹਾਡੇ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ ਤੁਹਾਡੀ ਨਕਾਰਾਤਮਿਕ ਸੋਚਣੀ ਹੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਮੂਰਖ, ਘਟੀਆ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਕਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਵੈ-ਵਚਨੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਹੇਜ ਕਰੋ।

ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਨਵੀਣ ਉਤਸ਼ਾਹ ਜਨਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਨਵੀਨਤਾ ਲਿਆਓ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਆਪ ਸਾਰੇ ਦਿਨ ਦੇ ਕੰਮ ਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬੱਝਕੇ ਘਰ ਆ ਕੇ ਜਿਉਂ ਹੀ ਮੰਜਾ ਮੱਲਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹੋ ਪਰੰਤੂ ਤੁਹਾਡਾ ਕਰੀਬੀ ਮਿੱਤਰ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਾਲ ਘੁੰਮਣ ਫਿਰਨ ਲਿਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋ ਕਿ ਮੈਂ ਮੂੰਹ ਹੱਥ ਧੋ ਲਵਾਂ ਅਤੇ ਕਪੜੇ ਬਦਲ ਲਵਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਮੁੜ ਤਾਜ਼ਗੀ ਲਿਆਉਣ ਦਾ ਉਪਰਾਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ। ਆਪਣੀ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਘਸੇ ਪਿਟੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਦੁਹਰਾਈ ਤਿਆਗ ਦੇਵੋ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਨਵੀਂ ਉਤਸ਼ਾਹਜਨਕ ਸਵਾਦਵਤੀ ਭਰ ਦੇਵੋ। ਸੋਚ ਵਿਚ ਮੁੜ ਨਵੀਨਤਾ (Reorientation) ਲੈ ਆਉਣ ਦਾ ਹਰ ਯਤਨ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਨਾਲ ਕਰੋ। ਆਪਣੀਆਂ ਪਰਾਪਤੀਆਂ ਬਾਰੇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਸੋਚੋ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਹੀ ਅਪਨਾਓ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਛਾੜਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਉਭਾਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ। ਤੁਹਾਡੀ ਸੋਚ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਗਲਤ ਰੁਝਾਨ ਨੇ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਤਰਸਯੋਗ ਹਾਲਤ ਬਣਾਈ ਹੈ। ਸੋਚ - ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿਚ ਜਿਆਦਾ ਨਵੀਨੀਕਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਲਿਆਵੇਗਾ।

## ਉਪਾਅ

—ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਬਿਲਿੰਗ

‘ਚੰਦਰਮਾ ਕੁੰਟਿਆ ਹੋਇਐ, ਜਜ਼ਮਾਨ। ਇਹਨੂੰ ਮੋਤੀ ਪਹਿਨਾਓ, ਚਾਂਦੀ’ ਦ ਮਝੂ ਕੇ। ਆਹ ਦੇਖੋ ਸਾਡੀ ਕਰਮਾਤ।” ਮੁੰਡਾ ਜੀ ਉਸਦਾ, ਮਾੜਕੂ ਜਿਹਾ। ਦੋ ਧੀਆਂ ਤੋਂ ਮਗਰੋਂ ਦੇਖਿਆ ਸੀ, ਉਸਨੇ।

ਉਹ ਹਰ ਸਾਲ ਪੱਤਰੀ ਖੁਲਵਾ ਕੇ ਦੇਖਦਾ ਅਤੇ ਮੁੰਡੇ

ਦੀ ਸਿਹਤ ਦੀ ਬੇਹਤਰੀ ਲਈ ਪੰਡਿਤ ਦਾ ਦੱਸਿਆ ਉਹੜ ਪੌੜ ਕਰ ਲੈਂਦਾ।

ਹਾਲੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਹੀ ਉਹ ਸਵਾ ਮਣ ਤਿਲ ਚੌਲੀ ਕੀੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾ ਕੇ ਹਟਿਆ ਸੀ। ਚਾਂਦੀ ਦਾ ਚੰਦਰਮਾ ਬਣਵਾ ਕੇ ਵੀ ਪਾਇਆ ਸੀ, ਮੁੰਡੇ ਦੇ ਗਲ ਵਿੱਚ। ਪਰ ਮੁੰਡਾ ਸੀ, ਨਿੱਕੀ ਫਿੰਡ ਜਿਹੀ। ਸੱਤਾਂ ਸਾਲਾਂ ਦਾ ਹੋ ਕੇ ਵੀ ਧਰਤੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਛੱਡ ਰਿਹਾ।

ਮੋਤੀ ਪਹਿਨਾਉਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਉਸਨੇ ਘਰ ਆਕੇ ਕੀਤੀ।

“ਮਖਿਆ, ਕਿਹੜਾ ਉਪਾਅ ਨੀ ਕੀਤਾ, ਆਪਾਂ?”

ਘਰ ਵਾਲੀ ਖਣਾ ਹੋ ਕੇ ਬੋਲੀ।

“ਜੇ ਮੇਰੀ ਮੰਨਦੇ ਤਾਂ ਦੁੱਧ ਦਾ ਹੀਲਾ ਕਰ।”

ਤੇ ਉਹ ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਹੀ ਸੱਜਰ ਸੁਈ ਗਈ ਲੈ ਆਇਆ।

## ਤਰਕਸ਼ੀਲ

ਪਿੰਡ ਪਿੰਡ, ਸ਼ਹਿਰ ਸ਼ਹਿਰ ‘ਤਰਕਸ਼ੀਲ’ ਜਦੋਂ ਆਇਆ ਚਾਨਣ ਦਾ ਛੱਟਾ ਦਿੱਤਾ ਇਸਨੇ, ਨ੍ਹੇਰਾ ਦੂਰ ਭਜਾਇਆ। ਛੱਡ ਦਵਾ, ਸੁਆਹ ਨੂੰ ਖਾਣਾ ਹਰ ਥਾਂ ਵਰਤਦਾ ਸੀ ਇਹ ਭਾਣਾ ਤਵੀਤ ਕਰਾਉਣਾ, ਦੀਵਾ ਜਗਾਉਣਾ, ਕਰਮਾ ਦਾ ਦਿੱਤਾ ਖਾਣਾ ਕਿਸਮਤ ਮੰਦੀ, ਰਹਿੰਦੀ ਤੰਗੀ, ਟੁੱਟਾ ਤਾਰਾ, ਕਰਮਾਂ ਮਾਰਾ ਭੂਤ ਪ੍ਰੇਤਾਂ, ਟੂਣੇ ਟਾਮਣੇ, ਜੰਤਰ ਮੰਤਰ, ਸੁਰਗਾਂ ਦਾ ਦਿੱਤਾ ਲਾਰਾ ਰਿਧੀਆਂ ਸਿਧੀਆਂ ਕੁਝ ਨਾ ਕੀਤਾ, ਵਿਗਿਆਨ ਨੇ ਪਲਟੀ ਕਾਇਆ।

ਪਿੰਡ ਪਿੰਡ, ਸ਼ਹਿਰ ਸ਼ਹਿਰ ‘ਤਰਕਸ਼ੀਲ’ ਜਦੋਂ ਆਇਆ ਚਾਨਣ ਦਾ ਛੱਟਾ ਦਿੱਤਾ ਇਸਨੇ, ਨ੍ਹੇਰਾ ਦੂਰ ਭਜਾਇਆ

— ਸਤਨਾਮ ਸੇਣੀ ਮੁਕੱਦਮ  
ਛੁਪਿਆਣਾ



## ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੋਗ

\*ਡਾ: ਹਰਬਾਗ ਸਿੰਘ

ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਮਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਾਰੰਬਾਰਤਾ ਪੱਖੋਂ ਵੀ, ਸਰੀਰਕ ਕਸ਼ਟ ਅਤੇ ਆਰਥਿਕ ਪੱਖੋਂ ਵੀ। ਸਾਡੇ ਮੁਲਕ ਵਿਚ ਇਸ ਰੋਗ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਰੋਗੀਆਂ ਦੇ ਅੰਕੜੇ ਸ਼ੱਖਿਆਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੇ। ਪਰ ਬਰਤਾਨੀਆ ਅਤੇ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਅੰਕੜਾ ਅਧਿਐਨ ਤੋਂ ਇਸ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨੂੰ ਸੋਖਿਆਂ ਹੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬਰਤਾਨੀਆ ਵਿਚ ਮੈਡੀਕਲ ਰੋਗੀਆਂ ਦਾ ਦਸਵਾਂ ਭਾਗ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ, ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਦਰਦ ਜਾਂ ਜੋੜਾਂ ਤੇ ਹੱਡੀਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਤੰਤੂਆਂ ਦੇ ਦਰਦ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬਰਤਾਨੀਆ ਵਿਚ 65 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੁਲ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਚੋਂ 40 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਰੋਗ ਦੀ ਮਾਰ ਹੇਠ ਆਏ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਮਰੀਕਾ ਵਿਚ ਲਗਭਗ 10 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਨੂੰ ਗਣੀਆ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਅਸੀਂ ਜੋੜਾਂ ਜਾਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀਆਂ ਦੁਜ਼ੀਆਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਇਹ ਰੋਗ ਦੁਨੀਆਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਕੌਮਾਂ ਤੇ ਸਾਰੇ ਖਿੱਤਿਆਂ ਦੇ ਹਰ ਉਮਰ ਦੇ ਮਰਦ ਅਤੇ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਹਨ।

ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ

- ੳ) ਅਜੇਹੇ ਰੋਗ ਜੋ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਜੋੜਾਂ ਉਪਰ ਮਾਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਕ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਉਪਰ ਵੀ ਇੰਨਾਂ ਦਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਅ) ਉਹ ਰੋਗ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੀਮੇਤ ਪਦਾਰਥ (Connective Tissue) ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜੋੜਾਂ ਤੇ ਵੀ ਵਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ੲ) ਛੂਤ ਛਾਤ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਰੋਗ। ਜਿਵੇਂ ਟੀ, ਬੀ, ਜਾਂ ਉੱਲੀ ਆਦਿ ਨਾਲ।
- ਸ) ਜੋੜਾਂ ਵਿਚ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਜਮਾਂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਰੋਗ।
- ਹ) ਉਮਰ ਢਲਣ ਨਾਲ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਘਸਾਈ ਕਰਕੇ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਰੋਗ।

\*ਨਿਉਰੋਲੋਜੀ ਵਿਭਾਗ, ਗੁਰੂ ਗੰਬਿਰ ਸਿੰਘ ਮੈਡੀਕਲ ਕਾਲਜ, ਫਰੀਦਕੋਟ

ਕ) ਫੁੱਟਕਲ ਰੋਗ।

ਹੁਣ ਅਸੀਂ ਉਪਰ ਦੱਸੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਚੋਂ ਲਏ ਕੁਝ ਕੁ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਰੋਗਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਾਂਗੇ।

### Rheumatoid Arthritis

ਇਹ ਜੋੜਾਂ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਅਤੇ ਅਹਿਮ ਵਿਗਾੜ ਹੈ।

ਮੁੱਖ ਲੱਛਣ

- ੦ ਇਹ ਰੋਗ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ 35 ਤੋਂ 40 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ੦ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਮਰਦਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਰੋਗ ਦੀ ਰੇਸ਼ੇ 3 ਅਤੇ 1 ਹੈ।
- ੦ ਇਹ ਰੋਗ ਸਰੀਰ ਦੇ ਇਕ ਤੋਂ ਬਹੁਤੇ ਜੋੜਾਂ ਉਪਰ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ੦ ਸਵੇਰੇ ਉੱਠਣ ਲੱਗਿਆਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇਕ ਘੰਟੇ ਲਈ ਸਰੀਰ ਚ ਕਾਠਾਪਣ ਜਾਂ ਅਕੜਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਮੁਖ ਤੌਰ ਤੇ ਹੱਥ ਜਿਆਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਹੱਥਾਂ ਦੀਆਂ ਉਂਗਲਾਂ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਜੋੜ ਹੀ ਮਾਰ 'ਚ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤੀਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਜੋੜਾਂ 'ਚ ਕੁਦੱਬਾਪਣ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ੦ ਜੋੜਾਂ 'ਚ ਸੋਜ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ੦ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸੱਜੇ ਅਤੇ ਖੱਬੇ ਪਾਸੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਜੋੜ ਇਕਸਾਰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਰੋਗ ਦੀ ਜਦ ਵਿਚ ਸਰੀਰ ਦੇ ਬਾਕੀ ਅੰਗ ਵੀ ਲਗਭਗ ਘੱਟ ਵੱਧ ਰੂਪ 'ਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਅੱਖਾਂ, ਦਿਲ, ਤੰਤੂ, ਪ੍ਰਬੰਧ, ਫੇਫੜੇ ਅਤੇ ਖੂਨ ਆਦਿ।
- ੦ ਇਹ ਬੀਮਾਰੀ ਸਾਲਾਂ ਬੱਧੀ ਚਲਦੀ ਹੈ।

ਕਾਰਨ - ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਅਸਲ ਕਾਰਨ ਅਜੇ ਤਕ ਲੱਭੇ ਨਹੀਂ ਗਏ। ਪਰੰਤੂ ਜੀਨਜ਼ ਚੋਂ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਛੂਤ ਛਾਤ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕਿਟਾਨੂਆਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਇਕੱਠਿਆਂ ਦੇ ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਨੂੰ ਲਾਉਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਤਾਜ਼ਾ ਪੌਜ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਇਸ ਮਰਜ਼ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਰੋਗੀ ਵਿੱਚ ਜੀਨਜ਼ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਪਦਾਰਥ HLA DR4 ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਕ ਵਾਇਰਸ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਇਹ ਕਿਆਸ ਅਰਾਈ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਅਤੇ ਉਕਤ ਜੀਨਜ਼ ਚੋਂ ਬਣਨ ਵਾਲਾ ਪਦਾਰਥ ਮਿ ਕੇ ਹਮਲਾ ਕਰਨ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣ ਦੀ ਪੂਰੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਪੂਰਵ-ਲੱਛਣ -

ਜੇ ਸੌ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਦਸ ਵਰ੍ਹੇ ਲਗਾਤਾਰ ਚੈੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ :

- ੦ 25 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮਰੀਜ਼ ਮੁਕੰਮਲ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ੦ 40 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਬੌੜੀ ਬਹੁਤ ਖਰਾਬੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ੦ 25 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ 'ਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨੁਕਸ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਗੰਭੀਰ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਅਜਿਹੇ ਵੀ ਹਨ -

- ੦ ਖੂਨ ਵਿਚ ਇਕ ਖਾਸ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਦਾ ਤੱਤ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਹੋਣਾ।
- ੦ ਬੀਮਾਰੀ ਢਾ ਧੀਮੀ ਗਤੀ 'ਚ ਵਿਕਸਣਾ।
- ੦ ਸਾਲ ਭਰ ਤੱਕ ਬੀਮਾਰੀ 'ਚ ਕੋਈ ਮੌਜ ਨਾ ਆਉਣਾ।
- ੦ ਇਹ ਰੋਗ ਜੋੜਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ੦ ਗਿਲਟੀਆਂ ਦਾ ਅਗੇਤੋਂ ਹੀ ਵਿਕਸਤ ਹੋਣਾ।

### Anteylosing Spondylitis

- ੦ ਇਹ ਰੋਗ ਉਮਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਜਾਂ ਤੀਜੇ ਦਹਾਕੇ 'ਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ੦ ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਹਮਲੇ ਦੀ ਦਰ 4 ਮਰਦਾਂ ਪਿੱਛੇ 1 ਔਰਤ ਹੈ।
- ੦ ਇਹ ਰੋਗ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਗੀੜ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਜੋੜ ਜਾਂ ਚੂਲੇ ਦੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- ੦ ਦੂਈ 'ਚ ਕਦੇ ਕਦੇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਪੀੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਕਈ ਵਾਰ ਪੱਟਾ 'ਚ ਵੀ ਫੜਕਦੀ ਹੈ।
- ੦ ਕੁਝ ਸਾਹ ਲਿਆ ਛਾਤੀ 'ਚ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ੦ ਤਖਤਪੋਸ਼ ਤੇ ਪਿਆ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੂਈ ਸਿੱਧੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
- ੦ ਅੱਖਾਂ ਅਤੇ ਦਿਲ ਆਦਿ ਅੰਗ ਵੀ ਮਾਰ 'ਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

ਕਾਰਨ - ਇਸ ਰੋਗ ਵਿਚ ਵੰਸ਼ਾਵਲੀ ਦਾ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਹੋਲ ਹੈ। ਇਸ ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਜੀਨਜ਼ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਇਕ HLA B 27 ਨਾਂ ਦਾ ਪਦਾਰਥ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਵਿਚ ਛੂਤ ਛਾਤ ਦੇ ਕਿਟਾਨੂਆਂ ਦੇ ਹੋਲ ਬਾਰੇ ਅਜੇ ਤੱਕ ਸਪੱਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ।

ਪੂਰਵ - ਲੱਛਣ

੦ ਰੋਗ ਲੱਛਣ ਉਪਰੰਤ ਵੀ 75 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਵਿਅਕਤੀ ਕੰਮ ਧੰਦੇ ਲੱਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

- ੦ ਇਸ ਰੋਗ ਨਾਲ ਦੂਸਰੇ ਅੰਗ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ੦ ਸੰਯੋਜਕ ਤੰਤੂਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਰੋਗਾਂ ਵਿਚ ਚਮੜੀ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਚਮੜੀ ਸਖਤ ਹੋ ਕੇ ਹੱਡੀਆਂ ਨਾਲ ਚਿਮਟ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦਾ ਅਸਰ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਚਿਹਰੇ ਉਪਰ ਜਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨੱਕ ਅਤੇ ਗੱਲਾਂ ਉਪਰ ਛਪਾਕੀ ਨਿਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਗੁਰਦਾ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਘ ਬਾਣੀ ਕੁਝ ਲੰਘਾਉਣ ਲੱਗਿਆਂ ਤਕਲੀਫ਼ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਖੂਨ ਦਾ ਦਬਾ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਰੋਗ ਦੇ ਸਹੀ ਕਾਰਨ ਦਾ ਵੀ ਕੋਈ ਪਤਾ ਨਹੀਂ। ਪਰੰਤੂ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ 'ਚ ਜੀਨਜ਼ ਤੋਂ ਬਣੇ ਪਦਾਰਥ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੀ ਪੈਦਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਪਦਾਰਥ ਸੰਯੋਜਕ ਤੰਤੂਆਂ ਨੂੰ ਨਕਾਰਾ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਦਾਰਥ ਬਾਰੇ ਖੂਨ ਦਾ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਕੇ ਪਤਾ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### GOUT ਗਠੀਆ

ਇਹ ਰੋਗ ਜੋੜਾਂ ਵਿਚ ਪਿਛਾਬੀ ਤੈਜ਼ਾਬ ਨਾਂ ਦੇ ਰਸਾਇਣਕ ਪਦਾਰਥ ਜਮਾਂ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਖੂਨ ਵਿਚ ਇਸ ਤੱਤ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਗੁਰਦੇ ਵਿਚ ਕਈ ਵਕਾਰ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਹਦਾ ਅਸਰ ਆਨੁਵੰਸ਼ਕ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

70 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਅੰਗੂਠੇ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਜੋੜ ਉੱਪਰ ਇਸ ਰੋਗ ਦਾ ਮੁਢਲਾ ਹਮਲਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸੁੱਤਿਆਂ ਸੁੱਤਿਆਂ ਮਰੀਜ਼ ਜਾਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਜੋੜ ਗਰਮ, ਲਾਲ ਅਤੇ ਨਰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਬੁਖਾਰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਈ ਕਾਰਜਾਂ 'ਚ ਵਿਗਾੜ ਵੀ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਭੁੱਖ ਦਾ ਘੱਟ ਜਾਣਾ, ਚਿੱਤ ਮਤਲਾਉਣਾ ਆਦਿ। ਜੇ ਇਲਾਜ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਰੋਗ ਦਾ ਹਮਲਾ ਕੁਝ ਦਿਨ ਜਾਂ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤੇ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਘੱਟ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਫਿਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੱਟੇ, ਗੱਡੇ, ਹੱਥ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਜੋੜ ਵੀ ਇਸ ਦੀ ਜਦ 'ਚ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਹਮਲਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੋਗੀ ਠੀਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਅੰਦਰਖਾਤੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਸਮੁੱਚੇ ਰੂਪ 'ਚ ਵਧਣ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਰੋਗੀਆਂ ਦੇ ਗੁਰਦੇ 'ਚ ਪੱਥਰ ਜਾਂ ਕੋਈ ਖਰਾਬੀ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

### Osteo Arthritis - ਹੱਡੀਆਂ ਦਾ ਦਰਦ -

ਬੁੱਢੇ ਬੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲੀ, ਰੋਗ ਦੀ ਇਹ ਇਕ ਆਮ ਕਿਸਮ ਹੈ। ਇਹ ਰੋਗ ਭਾਰੀ ਹੱਡੀਆਂ ਵਾਲੇ ਜੋੜਾਂ ਤੇ ਮਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਗੋਡੇ ਦੀ ਹੱਡੀ, ਪਿੱਠ ਦੇ ਜੋੜ, ਗੋਡਿਆਂ ਦੇ ਜੋੜ। ਇਹ ਰੋਗ ਇਕ ਜੋੜ ਜਾਂ ਕੁਝ ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। Rheumatoid Arthritis ਵਾਂਗ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸੋਜੇ ਦਾ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵ ਨਹੀਂ ਰਖਦਾ। ਸੰਬੰਧਿਤ ਪੱਠਿਆਂ ਦਾ ਨਸਟ ਹੋਣਾ ਇਕ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਲੱਛਣ ਹੈ।

ਇਹ ਰੋਗ ਦੂਸਰੇ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿਚ ਪਲਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਦੂਸਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦ ਜਾਂ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਕਾਰਣ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਪਿੱਠ ਦੇ ਜੋੜਾਂ 'ਚ ਪੈਦਾ ਹੋਈ ਵਿਕਾਸਮਾਨ ਬੇਕਾਇਦਗੀ। ਇਹ ਰੋਗ ਉੱਚ ਹਵਾਲਾ ਅਧੀਨ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਗੈਰ ਹਾਜ਼ਰੀ 'ਚ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### Rheumatic Fever - ਵਾਈ ਦਾ ਬੁਖਾਰ -

ਇਹ ਬੜਾ ਖਤਰਨਾਕ ਰੋਗ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਜੋੜਾਂ ਨੂੰ ਚੱਟਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਦਿਲ ਨੂੰ ਖਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ 5 ਤੋਂ 15 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਪਹਿਲੇ ਪੜਾ ਤੇ ਇਸ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਹੋ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਦਿਲ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਠੱਲ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਉਮਰ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਡਕਲੀਫ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪੀੜ ਮੱਧਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਇਕ ਜੋੜ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਜੋੜ ਤੱਕ ਤੁਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਸੰਬੰਧਿਤ ਜੋੜ ਉੱਪਰ

ਸੋਜੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਸ਼ਪਾਕੀ, ਗੋਡਿਆਂ ਦੇ ਅੱਗੇ ਪਿੱਛੇ ਛੋਟੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਗਿਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਆਪ ਮੁਹਾਰੇ ਫਰਕਣਾ ਵਰਗੀਆਂ ਅਲਾਮਤਾਂ ਉਜਾਗਰ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਦਿਲ ਉਪਰ ਹਮਲਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਛਾਤੀ ਦੀ ਪੀੜ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਨ ਜਾਂ ਕਾਹਲੀ ਕਾਹਲੀ ਦਿਲ ਧੜਕਣ ਦੇ ਪੜਾ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

Streptococcus ਨਾਂ ਦੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਨਾਲ ਵਾਰ ਵਾਰ ਗਲ ਪੱਕਣ ਕਾਰਣ ਇਹ ਰੋਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਗੰਦੀਆਂ ਬਸਤੀਆਂ, ਹਵਾ ਰਹਿਤ ਘਰ ਅਤੇ ਸੰਘਣੀ ਅਬਾਦੀ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਇਸ ਰੋਗ ਲਈ ਆਦਰਸ਼ ਥਾਂ ਹੈ।

ਛੂਤ ਦੇ ਕੀਟਾਣੂਆਂ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੋਗ -

ਇਹ ਰੋਗ ਟੀ.ਬੀ. ਉੱਲੀ ਜਾਂ ਪਾਕ ਬਨਾਉਣ ਵਾਲੇ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਇਕ ਜੋੜ ਤੇ ਹਮਲਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਾਕ ਬਨਾਉਣ ਵਾਲੇ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਕਾਰਣ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਜੋੜ ਗਰਮ, ਲਾਲ ਅਤੇ ਨਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਟੀ.ਬੀ. ਜਾਂ ਉੱਲੀ ਦੇ ਹਮਲੇ ਵੇਲੇ ਜੋੜ ਜਿਆਦਾ ਗਰਮ ਜਾਂ ਨਰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਾਕ ਵਾਲੇ ਜੀਵਾਣੂਆਂ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਕਈ ਵਾਰ ਸਰੀਰ ਦਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਹਿੱਸਾ, ਜਿਵੇਂ ਫੇਫੜੇ ਆਦਿ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਰੋਗ ਘਟਦੇ ਨਹੀਂ, ਜੇ ਇਲਾਜ ਨਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਇੰਨਾਂ ਨੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਵਧਦੇ ਜਾਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਉਪਾਅ : ਇਹ ਦੋ ਪੱਧਰਾਂ ਤੇ ਵਿਉਂਤਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ :

ਓ) ਪੜਤਾਲ

ਅ) ਇਲਾਜ

ਆਮ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਖੂਨ ਅਤੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਰੋਗ ਦਾ ਸਹੀ ਅਨੁਮਾਨ ਲਾਉਣ ਲਈ ਨਿਮਨ ਲਿਖਤ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

1. E. S. R.

2. ਖੂਨ ਵਿਚਲੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਤੱਤਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਨੀ ਜੋ ਰੋਗ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਵਰਗੀਕਰਣ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ :

Rheumatoid Factor

Anti Nuclear Factor

LE Cells ਵਗੇਰਾ

3. HLA, DR4, HLA B27 ਰਾਹੀਂ ਜੀਨਜ਼ ਤੋਂ ਬਣਦੇ ਪਦਾਰਥ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਨੀ।

4. ਸੀਰਮ ਯੂਰਿਕ ਐਸਿਡ

5. ਐਕਸਰੇ

6. ਆਰਥਰੋਸਕੋਪੀ—ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਨਾਲੀਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਜੋੜਾਂ ਅੰਦਰਲੀ ਹਾਲਤ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ।

7. ਜੋੜਾਂ ਵਿਚਲੇ ਦ੍ਰਵ ਦਾ ਰਸਾਇਣਕ ਤੱਤ ਜਾਂ ਕੀਟਾਣੂ ਦੇਖਣ ਲਈ ਨਿਰੀਖਣ ਕਰਨਾ।

8. ਜੋੜ ਦੀ ਝਿੱਲੀ ਚੋਂ ਟੁਕੜਾ ਲੈਣਾ

9. ਰੇਡੀਓ ਕਿਰਣਾਂ ਨਾਲ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ। ਇਸ ਵਿਧੀ ਰਾਹੀਂ ਕਿਰਣਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਥਾਂ ਤੇ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਸੋਜੇ ਆਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਉਹ ਥਾਂ ਵੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਗੋਚਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਂਜ ਦੇਖਣੇ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

### ਇਲਾਜ :

ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਲਈ ਕਈ ਡਰੱਗਜ਼ ਵੀ ਹਨ ਜੋ ਦਰਦ ਤੇ ਸੋਜੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਫਾਇਦੇਮੰਦ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਈ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟੀਰੋਆਇਡ ਵੀ ਗੋਲੀਆਂ ਤੇ ਟੀਕਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਕਲ 'ਚ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਇਹ ਚੋਣਵੇਂ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਰੋਗਾਂ ਲਈ ਹੀ ਠੀਕ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਥੋੜੀ ਮਾਤਰਾ 'ਚ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਬੇ-ਲੋੜੀ ਅਤੇ ਬੇ-ਕਾਇਦਾ ਵਰਤੋਂ ਫਾਇਦੇ ਦੀ ਬਜਾਏ ਨੁਕਸਾਨ ਵਧ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਚੋਸੀ ਨੀਮ-ਹਕੀਮ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਬੇ-ਦਰੇਗ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਜ਼ਲਦੀ ਠੀਕ ਕਰਨ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਤਬਾਹਕੁਨ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਦੇਖ ਰੇਖ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਸਰਜਰੀ : ਇਹ ਵੀ ਇੱਕ ਇਲਾਜ ਦੀ ਵਿਧੀ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਜੋੜਾਂ ਵਿਚਲੇ ਕੁਦਬੰਧਣ ਨੂੰ ਚੀਰ-ਫਾੜ ਕਰਕੇ ਠੀਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ ਹਿੱਲਣ ਕਰਕੇ ਦਰਦ ਹੋਣ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਜੋੜ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਕਿਰਿਆ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਬਦਲੀ : ਅੱਜ ਕੱਲ ਧਾਤ ਦੇ ਬਣੇ ਹੋਏ ਜੋੜਾਂ

ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਮਿਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖਰਾਬ ਜੋੜ ਨੂੰ ਕੱਢ ਕੇ ਉਸ ਦੀ ਥਾਂ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਬੇਸ਼ੱਕ ਇਹਨਾਂ ਨਕਲੀ ਧਾਤ ਦੇ ਬਣੇ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਮਹਿੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਹੁਣ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਅਲਕੋਹਲ ਬਹੁਤ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਹੈ। ਲੋੜ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਰੀਰਕ ਕੋਸ਼ ਵੀ ਰੋਗ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਤਿਕਾ : ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਐਲੋਪੈਥੀ ਸਿਸਟਮ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਸਹੀ ਕਾਰਣਾਂ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਦੁਆਰਾ ਨਿਰਧਾਰਤ ਇਲਾਜ ਵੀ ਪੂਰਨ ਪ੍ਰਭਾਵਕਾਰੀ ਨਹੀਂ। ਬਹੁਤੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਕੋਈ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਬਣੀ ਸਿਵਾਏ ਛੂਤ ਛਾਤ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ। ਬਹੁਕੋਮੀ ਕੰਪਨੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਖੋਜ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਸਾਲਟ ਹੀ ਲੱਭੇ ਹਨ ਜੋ ਜੋੜ ਦੀ ਸੋਜੇ ਅਤੇ ਪੀੜ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਬੇਸ਼ੱਕ ਮੁਨਾਫਾ ਲੈਣ ਲਈ ਇਸਤਿਹਾਰਬਾਜ਼ੀ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾ-ਚੜ੍ਹਾ ਕੇ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵੀ ਸਰਕਾਰੀ ਹਸਪਤਾਲ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦਾਂ ਦੀ ਸਹੀ ਪੜਤਾਲ ਤੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੋਵੇ ਕਿਉਂਕਿ ਇਕੱਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਆਦਰਸ਼ਕ ਇਲਾਜ ਲਈ ਬਹੁ-ਅਨੁਸ਼ਾਸਨੀ ਟੀਮ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਫਿਜ਼ੀ-ਸ਼ੀਅਨ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰਾਪਿਸਟ, ਹੱਡੀਆਂ ਦੇ ਮਾਹਰ ਸਰਜਨ, ਮੁੜ ਵਸਾਉ ਮਾਹਿਰ, ਮਨੋਰੋਗ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਦਰਦਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣਕਾਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੱਖ ਵੱਖ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗਾਂ ਦੀ ਸਾਂਝੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਇਲਾਜ ਹੋ ਸਕੇ। ਲੋੜ ਹੈ - ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੋਗ ਤੋਂ ਪੀੜਤ ਰੋਗੀਆਂ ਲਈ ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰਾਪਿਸਟਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਮੁਕੰਮਲ ਟੀਮ ਦਾ ਇੱਕ ਵੱਖਰਾ ਵਿਭਾਗ ਹੋਵੇ।

ਜੋੜਾਂ ਦੇ ਰੋਗਾਂ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਪੜਾਅ ਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਸਰਤਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਲਗਾਤਾਰ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਗ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਕੀਤੀਆਂ ਲੰਮੇ ਦਾਅ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਫਾਇਦੇ-ਮੰਦ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਕਸਰਤ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਜੋੜ ਵਿੱਚ ਮੁੜ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦਾ ਅਮਲ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।



## ਵਾਲ ਚਿੱਟੇ ਕਿਉਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ?

ਮੂਲ ਲੇਖਕ : ਲੇਵਲ ਪੋਂਟ

ਅਨੁ : ਹਰਪ੍ਰੀਤ

ਅੱਜ ਕਲ੍ਹ ਹਰ ਸਾਲ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗਣ 'ਤੇ ਕਰੋੜਾਂ ਰੁਪਏ ਖਰਚ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅੱਜ ਅਮਰੀਕਾ ਵਿੱਚ ਚਿੱਟੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਛੁਪਾਉਣ ਲਈ 40% ਔਰਤਾਂ ਤੇ 8% ਆਦਮੀ ਆਪਣੇ ਵਾਲ ਰੰਗਦੇ ਹਨ। ਭਾਵੇਂ ਅਸੀਂ ਇਸ ਤਬਦੀਲੀ ਨੂੰ ਬੁਢਾਪੇ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ ਚਿੱਟੇ ਵਾਲ ਤੁਹਾਡੀ-ਆਂ ਪੁੜਪੁੜੀਆਂ ਤੇ 15 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। 30 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਲਗਭਗ ਇਕ ਚੌਥਾਈ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਵਾਹਵਾ ਚਿੱਟੇ ਵਾਲ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਸਿਰਫ 28% ਦੇ ਹੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਿੱਟੇ ਵਾਲ ਆਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਜਿਹੇ ਬਸ ਕੁਝ ਕੁ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਕ ਵੀ ਵਾਲ ਚਿੱਟਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਹੋਣ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦੀ ਹੈ? ਇਕ ਪੱਖ ਹੈ, ਨਸਲ। ਕੋਕੋਸ਼ੀਆਈ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਾਲ ਔਸਤਨ 34 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਵਾਹਵਾ ਚਿੱਟੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ 50% ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੱਧੇ ਵਾਲ 50 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਤੱਕ ਚਿੱਟੇ ਹੋ ਜਾਣ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਵਾਲ 44 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਚਿੱਟੇ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਕ ਹੋਰ ਪੱਖ ਹੈ ਵਿਰਾਸਤ। ਮਾਪਿਆਂ ਜਾਂ ਦਾਦਿਆਂ ਵਾਂਗ ਹੀ ਲਗਭਗ ਉਸੇ ਉਮਰ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਵੀ ਚਿੱਟੇ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪਰ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇਹ ਕਿਰੇਟਿਨ ਪਰੋਟੀਨਾਂ ਦੇ ਬਣੇ ਹੋਏ ਮ੍ਰਿਤਕ ਪਦਾਰਥ ਹੀ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਜਨਮ ਤੋਂ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਜੜਾਂ (follicles) ਬਣ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਜੜਾਂ ਚਮੜੀ ਦੀ ਦੂਜੀ ਪਰਤ 'ਚੋਂ ਖੁਰਾਕ ਲੈਂਦੀਆਂ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਵਾਲ ਵਧਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਉਹ ਸੈੱਲ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ melanocytes ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਸਿਰਫ ਦੋ ਬੁਨਿਆਦੀ "ਰੰਗ" ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਸੁਮੇਲ ਨਾਲ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਵੰਨ-ਸੁਵੰਨੇ ਰੰਗ ਬਣਦੇ

ਹਨ। ਇਕ ਰੰਗ, eumelanin, ਸਾਡੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਹ-ਕਾਲਿਆਂ ਤੋਂ ਹਲਕੇ ਭੂਰੇ ਰੰਗ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਦੂਜਾ, pheo-melanin, ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸੁਨਹਿਰੀ ਜਾਂ ਲਾਲ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਵਾਲ ਭੂਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ melanocytes ਸਰਗਰਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵਾਲ ਕਾਲੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਸਾਡੀ ਉਮਰ ਵੀਹਵਿਆਂ ਤੋਂ ਟੱਪ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ melanocytes ਬਣਨ ਦੀ ਰਫਤਾਰ ਮੱਠੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਨਿਕਲਦੇ ਵਾਲ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਅਪਣੇ ਪਹਿਲੇ ਰੰਗ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਥੋੜੀ ਜਿਹੀ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਚਿੱਟੇ ਦਿੱਸਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ melanocytes ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਥਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਰੰਗ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਰੰਗ ਚਿੱਟਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਪਰੋਟੀਨਾਂ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਰੰਗ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਵੱਖੋ ਵੱਖਰੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਦਾਦ, ਟਾਈਰਸ (ਇਕ ਕਿਸਮ ਦਾ ਬੁਖਾਰ), ਮਲੇਰੀਆ, ਤੇ ਨਜ਼ਲ, ਨਾਲ ਵੀ ਵਾਲ ਚਿੱਟੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਹੋਰ ਕਾਰਨ ਹਨ—ਕਕੜਾ ਸਦਮਾ, ਕਈ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀਆਂ ਕਿਰਨਾਂ ਦਾ ਪੈਣਾ, hyperthyroidism, ਸ਼ੱਕਰ ਰੋਗ, ਮਾੜੀ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ।

ਵਾਲ "ਰਾਤੋ ਰਾਤ ਚਿੱਟੇ" ਕਿਵੇਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—

ਇਹ ਗੱਲ ਜਾਨਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਵਧਣ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਢੰਗ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਵਾਲ ਤਿੰਨ ਪੜਾਵਾਂ ਚੱਕਰ ਵਿੱਚ ਵਧਦੇ ਹਨ। ਵਧਣ ਵਾਲੇ ਪੜਾਅ ਦੇਰਾਨ, ਨਵੇਂ ਵਾਲ 13 ਮਿਲੀਮੀਟਰ ਪ੍ਰਤੀ ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਦਰ ਨਾਲ ਉਗਦੇ ਹਨ। ਦੋ ਤੋਂ ਛੇ ਸਾਲ ਤੱਕ ਵਧਣ ਪਿਛੋਂ, ਇਹ ਅਚਲ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਕੁੱਝ ਕੁ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਰੁਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਫੇਰ ਲਗਭਗ ਤਿੰਨ ਮਹੀਨਿਆਂ ਲਈ ਅਜਿਹੇ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇਹ ਅੰਕੁਰਕ (papilla) ਦੀ ਵਾਲ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀ ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਵਧਣ ਵਾਲਾ ਅਗਲਾ ਪੜਾਅ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਗਣ ਵਾਲੇ ਨਵੇਂ ਵਾਲ ਪੁਰਾਣਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਵੱਲ ਧੱਕ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।

ਕਦੇ ਕਦਾਈਂ, ਸਵੈਰੱਖਿਆ (avtoimmune) ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਗੜਬੜ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ alopecia-areata ਆਖਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਤਣਾਉ ਕਾਰਨ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਦਾ, ਵਾਲ ਵਧਣ ਵਾਲੇ ਪੜਾਅ ਦੇਰਾਨ ਵਾਲਾ ਦੀਆਂ ਜੜਾਂ, ਤੇ ਦੂਰ ਤੱਕ ਬੁਰਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਸਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਕਾਲੇ ਵਾਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਟਾਂਵੇ ਟੱਲੇ ਚਿੱਟੇ ਵਾਲ ਵੀ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਇਸ ਰੋਗ ਨਾਲ ਹਫ਼ਤੇ ਕੁ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕਾਲੇ ਵਾਲ ਝੜ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਕਿਤੇ ਵੱਡੀ ਅਨੁਪਾਤ ਵਿੱਚ ਚਿੱਟੇ ਵਾਲ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇੰਜ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਵਾਲ ਚਿੱਟੇ ਹੋ ਗਏ ਹਨ।

ਵਿਗਿਆਨ ਦੀ ਇਹ ਮੰਨਤਾ ਹੁੰਦੀ ਸੀ ਕਿ ਜੇ ਵਾਲ ਇਕ ਵਾਰ ਚਿੱਟੇ ਹੋ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਇਹ ਮੁੜ ਕਦੇ ਵੀ ਕਾਲੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਪਰ ਨਵੀਂ ਖੋਜ ਦਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਿਥਲ ਹੋਏ melanocytes ਨੂੰ ਮੁੜ ਸਰਗਰਮ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਕੁਦਰਤੀ ਰੰਗਾਂ ਨਾਲ ਰੰਗ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਕਈ ਵਾਰੀ ਤਾਂ ਮੌਲਿਕ ਰੰਗ ਮੁੜ ਬਹਾਲ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਡਾ: ਲਿਟ, ਜੋ ਓਹੀਓ ਦੀ ਕੋਸ ਪੱਛਮੀ ਰਿਜ਼ਰਵ ਯੂਨੀਵਰਸਟੀ ਵਿੱਚ ਚਮੜੀ-ਵਿਗਿਆਨ (dermatology) ਦੇ ਸਹਾਇਕ ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਹਨ, ਦਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜੇਕਰ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ, ਦੁਆਈਆਂ ਤੇ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਕਮੀ ਕਾਰਨ ਵਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਚਿੱਟੇਪਣ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਹੀ ਮੌੜਾ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਖੂਨ ਦੀ ਕਮੀ ਵਾਲੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਵਾਲ, ਵਿਟਾਮਿਨ B-12 ਦੇ ਸੇਵਨ ਨਾਲ ਮੁੜ ਆਪਣੇ ਮੌਲਿਕ ਰੰਗ ਵਿੱਚ ਪਲਟ ਚੁੱਕੇ ਹਨ।

ਜੇ ਅੱਜ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੱਟੇ ਵਾਲ ਦਿੱਸ ਜਾਣ, ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਠੀਕ ਰਹੇਗਾ? ਮਨੋ-ਵਿਗਿਆਨੀ ਟਾਮਸ ਕੋਸ ਆਖਦੇ ਹਨ ਕਿ 'ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮਨ ਨੂੰ ਨਾ ਲਾਓ। ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਚਿੱਟੇ ਵਾਲਾਂ ਤੇ ਬੁਰਨ ਲੱਗ ਪੈਂਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਅਸਲ ਸਮੱਸਿਆ ਉਤਸ਼ਾਹ—ਹੀਣਤਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਰੰਗ ਬਦਲਣ ਨਾਲ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਫਿਰ ਹੀ ਹਲਾਰਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਬਾਰੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸਯੋਗਤਾ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਹੋਵੇ।'

ਖੋਜਕਾਰਾਂ ਨੇ ਪਤਾ ਲਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ, ਜੋ ਆਪਣੇ ਵਾਲਾਂ ਨੂੰ ਰੰਗਣ ਦਾ ਲਾਲਚ ਛੱਡ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਛੇਤੀ ਹੀ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਰੰਗਾਂ ਤੇ ਸੰਤੁਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਆਖਿਰ, ਚਿੱਟੇ ਵਾਲ ਨਾਂ ਤਾਂ ਵਰ ਹਨ, ਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸ਼ਰਾਪ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਕੌਂਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਸ਼ਾਨ ਨਾਲ ਵਿਖਾ-ਉਂਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਲਾਂ ਦੇ ਚਿੱਟੇ ਹੋਣ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤ ਚਿੱਤ ਹੋ ਕੇ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਕ ਅਖਾਣ ਹੈ ਕਿ "ਛੱਤ ਉੱਤੇ ਬਰਫ ਪਈ ਹੋਣ ਦਾ ਸਿਰਫ ਇਹ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਭੱਠੀ ਵਿੱਚ ਅੱਗ ਨਹੀਂ।"

## ਮਰਦ ਦੀ ਕਸੌਟੀ-ਔਰਤ

ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ, ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸਿੱਧਾ, ਕੁਦਰਤੀ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੰਬੰਧ ਇਕ ਮਰਦ ਦਾ ਇਸਤਰੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਹੈ। ਇਸ ਕੁਦਰਤੀ ਜਾਤੀ-ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਉਸਦਾ ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਫੌਰੀ ਸੰਬੰਧ ਹੈ, ਬਿਲਕੁਲ ਉਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਨਾਲ ਉਸਦਾ ਸੰਬੰਧ ਹੀ ਕੁਦਰਤ ਨਾਲ ਉਸਦਾ ਫੌਰੀ ਸੰਬੰਧ ਹੈ—ਉਸਦੀ ਅਪਣੀ ਕੁਦਰਤੀ ਮੰਜ਼ਿਲ। ਇਸ ਲਈ, ਇਸ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ, ਇਕ ਦਿਸ਼ਟਯੋਗ ਤੱਥ ਤੱਕ ਸਿਮਟ ਕੇ, ਉਹ ਹੱਦ ਉੱਚੀਆਂ ਤੌਰ ਤੇ ਪਰਤੱਖ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਮਾਨਵੀ ਸਾਰੰਸ਼ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸੁਭਾਅ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਉਹਦੇ ਲਈ ਕੁਦਰਤ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਾਨਵੀ ਸਾਰੰਸ਼ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਸੰਬੰਧ ਤੋਂ ਬੰਦਾ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਪੱਧਰ ਦਾ ਨਿਰਣਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸ ਸੰਬੰਧ ਦੇ ਚਿਤਰ ਤੋਂ ਹੀ ਇਹ ਨਤੀਜਾ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਕ ਜਾਤੀ ਹੋਂਦ ਵਜੋਂ, ਮਨੁੱਖ ਵਲੋਂ ਮਨੁੱਖ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਆਪਣੇ ਬਾਰੇ ਸੁਚੇਤ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਮਝਦਾ ਹੈ। ਮਰਦ ਦਾ ਔਰਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਮਾਨਵੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਮਾਨਵੀ ਹੋਂਦ ਨਾਲ ਅਤਿਅੰਤ ਕੁਦਰਤੀ ਸੰਬੰਧ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਕੁਦਰਤੀ ਵਿਹਾਰ ਕਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਮਾਨਵੀ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਉਸ ਅੰਦਰ ਮਾਨਵੀ ਸਾਰੰਸ਼ ਕੁਦਰਤੀ ਸਾਰੰਸ਼ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ, ਕਿ ਉਸਦੀ ਮਾਨਵੀ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਉਹਦੇ ਲਈ ਕਿਸ ਸੀਮਾ ਤੱਕ ਕੁਦਰਤੀ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਇਸੇ ਸੰਬੰਧ ਤੋਂ ਉਸ ਸੀਮਾ ਦਾ ਵੀ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਲੋੜ ਇਕ ਮਾਨਵੀ ਲੋੜ ਬਣ ਗਈ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਸੀਮਾ ਦਾ ਜਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਤੇ ਦੂਜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਉਸਦੇ ਲਈ ਇਕ ਲੋੜ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ—ਉਸ ਸੀਮਾ ਦਾ ਜਿਸ ਹੱਦ ਤੱਕ ਉਹ ਆਪਣੀ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹੋਂਦ ਵਿਚ ਨਾਲ ਹੀ ਨਾਲ ਇਕ ਸਮਾਜਿਕ ਜੀਵ ਵੀ ਹੈ।

(ਗਾਰਲ ਮਾਰਕਸ - 1844 ਦੀਆਂ ਆਰਥਕ ਅਤੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਹੱਥ ਲਿਖਤਾਂ)



## ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਪਦਾਰਥਵਾਦ

—ਗੁਰਮੀਤ ਸਿੰਘ

ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦਾ ਅਧਿਅਨ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਸਮੇਂ ਇਸ ਦੀਆਂ ਦੋ ਮੁੱਖ ਧਾਰਾਵਾਂ ਪਦਾਰਥਵਾਦ ਅਤੇ ਆਦਰਸ਼ਵਾਦ ਸਨ। ਉਪਨਿਸ਼ਦਾਂ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਦੋਵਾਂ ਧਾਰਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਟੱਕਰ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਆਦਰਸ਼ਵਾਦੀ ਜਾਂ ਰਹੱਸਵਾਦੀ ਕਿਸੇ ਬਾਹਰੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਹੋਂਦ ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਹੋਏ ਸ਼੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਇਕ ਭਰਮ ਸਮਝਦੇ ਸਨ। ਜਦੋਂ ਕਿ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਜਾਂ ਯਥਾਰਥਵਾਦੀ ਕਿਸੇ ਪਰ-ਪ੍ਰਕਿਰਤਕ ਵਰਤਾਰੇ ਦੀ ਹੋਂਦ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਸੋਮਾ ਉਹ ਸੰਸਾਰ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਗਿਆਨ ਬੋਧ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਹੋਂਦ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਬੋਧ ਇੰਦਰੀਆਂ ਦੀ ਕਸ਼ੈਰੀ ਉਤੇ ਪੂਰਾ ਉਤਰਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਸੱਚ ਹੈ। ਅਧਿਕਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਜਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਕਥਨ ਅਨੁਭਵ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਕੁਝ ਵਾਧਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।

ਲਿਖਤੀ ਸੋਮਿਆਂ ਨੇ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਦਰਸ਼ਨ ਦੀਆਂ ਕਈ ਧਾਰਾਵਾਂ ਦੇ ਨਾਂ ਸਾਂਭ ਰੱਖੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧ ਅਸਰ ਰਸੂਖ ਵਾਲੀ 'ਲੋਕਾਯਤ' ਸੀ। ਲੋਕਾਯਤ ਦੇ ਸ਼ਬਦੀ ਅਰਥ ਹਨ 'ਵਿਸ਼ਾਲ ਪੱਧਰ ਤੇ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ'। ਇਸ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦੇ ਮੌਢੀ ਚਾਰਵਾਕ ਦੇ ਨਾਂ ਕਾਰਨ ਪਿੱਛਾ ਜਾ ਕੇ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀਆਂ ਨੂੰ ਚਾਰਵਾਕੀਏ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਸੀ।

ਲੋਕਾਯਤ ਦਾ ਪ੍ਰਗਟ ਹੋਣਾ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਵਿਚ ਉੱਕਾ ਹੀ ਨਵਾਂ ਪੜਾਅ ਸੀ। ਇਸ ਦੇ ਆਦਿ ਦਾ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਅਜੇ ਤੱਕ ਵੀ ਵਿਵਾਦ ਦਾ ਮਸਲਾ ਹੈ। ਧਾਰਮਿਕ ਭੁਕਾਅ ਵਾਲੇ ਵਿਚਾਰਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਇਕ ਸਬੰਧੀ ਵਿਰੋਧ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਸਥਾਨਕ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਪ੍ਰਗਟ

ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਅਤੇ ਇਹ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਆਪ ਆਪਣੇ ਹੀ ਅਲੋਪ ਹੋ ਗਿਆ। ਪਰ ਅਸਲੀਅਤ ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਉਲਟ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਸਮੁੱਚੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪੂਰਨ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੁਆਰਾ ਵਿਕਸਤ ਹੋਈ। ਇਸ ਦੇ ਵਿਚਾਰਕਾਂ ਨੇ ਇਸ ਦੀ ਇਕਸਾਰ ਅਤੇ ਵਿਸਥਾਰ ਪੂਰਬਕ ਵਿਆਖਿਆ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੀ। ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਇਸ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦੇ ਅਲੋਪ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ, ਉਸ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ ਕਿਹਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਕਦੇ ਵੀ ਅਲੋਪ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਇਸ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਰਗ ਵਲੋਂ ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਰਹੇ। ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਇਸ ਦੇ ਸਾਹਿਤ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਮਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਹ ਜਿਹੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਖਤਮ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ। ਪਰ ਰਾਜਨੀਤਕ ਵਰਗ ਆਪਣੀ ਇਸ ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਕਦੇ ਵੀ ਪੂਰਨ ਰੂਪ ਵਿਚ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਿਆ। ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਉੱਤੇ ਸਮਾਜ ਦੇ ਨਿਰਪੱਖ ਬੁੱਧੀਜੀਵੀਆਂ ਵਲੋਂ ਅਧਾਰਹੀਣ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਹੁੰਦਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਉਪਨਿਸ਼ਦਾਂ ਵਿਚ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਤੋਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਲੋਕਾਯਤ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸਾਂਝਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਬੋਧੀ ਅਤੇ ਜੈਨ ਲਿਖਤਾਂ ਵਿਚ ਇਹਦੇ ਵੱਲ ਸਿੱਧੇ ਸੰਕੇਤਾਂ ਤੋਂ, ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਾਯਤ ਮੁੱਢ ਤੋਂ ਹੀ ਵਿਸ਼ਾਲ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਫੈਲ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਉੱਤਰ ਅਤੇ ਦੱਖਣ ਦੋਵਾਂ ਵਿਚ ਇਸ ਦੇ ਅਨੁਯਾਈ ਸਨ। ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਸਮੇਂ ਦੇ ਭਾਰਤੀ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀਆਂ ਦੀਆਂ ਅਸਲ ਲਿਖਤਾਂ ਨਹੀਂ ਬਚੀਆਂ। ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤਬਾਹ ਕਰ ਦਿਤਾ। ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਿਬੰਧਾਂ ਦਾ ਵਿਸ਼ਲੇਸ਼ਣ (ਵਿਸਥਾਰ ਪੂਰਬਕ, ਭਾਵ ਮੰਤਵੀ) ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਵੇਦਾਂਤਕ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਸ਼ੰਕਰ ਦੀਆਂ ਕਿਰਤਾਂ ਵਿੱਚ, ਮਾਧਵ, ਜਯੰਤ ਭੱਟ ਅਤੇ ਜੈਨ ਟਿਪਣੀਕਾਰ ਹਰੀਭੱਟਰ ਦੀਆਂ ਰਚਨਾਵਾਂ

ਵਿਚ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਪਿਛਲੇ ਮੱਧ ਕਾਲ ਦੀਆਂ ਤਾਮਿਲ ਲਿਖਤਾਂ ਵੀ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦਾ ਬੜਾ ਸੰਖੇਪ ਪਰ ਅਤਿਅੰਤ ਨਿਗਰ ਵਰਨਣ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਤੋਂ ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਸ ਸਮੇਂ ਵਿਚ ਪਦਾਰਥਵਾਦ ਦੱਖਣੀ ਭਾਰਤ ਵਿਚ ਹਿੰਦੂ ਪ੍ਰੰਪਰਾ ਦਾ ਮੁੱਖ ਵਿਰੋਧੀ ਸੀ।

ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਭਾਰਤ ਦੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਬੰਧੀ ਘਟਨਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਸਗੋਂ ਇਸ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਹਜ਼ਾਰ ਵਰ੍ਹੇ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਮੁਹਾਣੇ ਵਾਲੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਲਹਿਰ ਦੇ ਅਨੁਯਾਈਆਂ ਨਾਲ ਇਸ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਕਾਲ ਅਤੇ ਮੱਧ ਕਾਲ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤੀਬਰਤਾ ਨਾਲ ਜਾਰੀ ਰਿਹਾ।

ਲੋਕਾਯਤ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਵਰਨਣ ਉਪਨਿਸ਼ਦਾਂ ਵਿੱਚ ਰਿਸ਼ੀ ਬ੍ਰਿਹਸਪਤਿ ਦੁਆਰਾ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਉਸਨੇ ਇਸ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਦੇ ਗਲਤ ਅਰਥ ਕੱਢਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਤੋਂ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਅਨੁਯਾਈਆਂ ਨੂੰ 'ਅਸੂਰ' ਕਿਹਾ ਜੋ ਕਿ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਸਨ ਕਿ ਜਿਉਂਦੀ ਰਚਨਾ ਦਾ ਇਕੋ ਇਕ ਤੱਤ ਦੇਹ (ਪਦਾਰਥ) ਹੈ ਅਤੇ ਆਤਮਾ ਇਕ ਭਰਮ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕੁਝ ਨਹੀਂ।

ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦਾ ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਥਾਰ ਪੂਰਬਕ ਵਰਨਣ 'ਮਹਾਂਭਾਰਤ' ਵਿੱਚ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। 'ਸ਼ਾਂਤਸ਼ਧਰਮ' ਨਾਂ ਦੇ ਹਿੱਸੇ (ਕਵਿਤਾ ਦੇ ਬਾਹਰਵੇਂ ਪਰਵ) ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਗੱਲਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਰਿਸ਼ੀ ਭਾਰਦਵਾਜ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਹੈ। ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇ ਫੌਰੀ ਪੂਰਵ-ਗਾਮੀ ਵਜੋਂ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਅਗਲੇ ਜਨਮ ਵਿੱਚ ਚੰਗਾ ਜਨਮ ਲੈਣ ਲਈ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਧਾਰਮਿਕ ਰਹੁਰੀਤਾਂ ਦੇ ਪਾਖੰਡ ਦਾ ਪਰਦਾ ਫਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਤਮਾ ਦੀ ਹੋਂਦ ਉਤੇ ਸ਼ੰਕਾ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਉਸ ਸ਼ਰਧਾਲੂ ਦਾ ਠੱਠਾ ਉਡਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗਾਂ ਦੇਣ ਪਿਛੋਂ ਅਗਲੇ ਜਨਮ ਵਿੱਚ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿਆਮਤਾਂ ਮਿਲਣ ਦੇ ਸੁਪਨੇ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਰਿਸ਼ੀ ਭਾਰਦਵਾਜ ਆਤਮਾ ਦਾ ਜੂਨ ਬਦਲਣ ਦੇ ਸੰਕਲਪ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਿਸੇ

ਵਸਤੂ ਦੇ ਪ੍ਰਾਕਿਰਤਕ ਤੌਰ ਤੇ ਦੂਜੀ ਵਸਤੂ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣ ਨਾਲ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਲੋਕਾਯਤ ਦੇ ਅਨੁਯਾਈ ਸ਼੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਸਦੀਵੀ ਮੰਨਦੇ ਸਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਨਿਸ਼ਚਾ ਸੀ ਕਿ ਸ਼੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਦੇ ਨਿਯਮ ਹੀ ਤੱਤਾਂ ਤੋਂ ਬਣੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨੂੰ ਨੇਮ-ਬੱਧ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਚੇਤਨਤਾ ਦੇ ਪੇਚਦਾਰ ਚੱਕਰ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਸਨ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਚੇਤਨਤਾ ਦਾ ਮੁੱਢ ਮੰਨਿਆ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਚੇਤਨਤਾ ਬੁਨਿਆਦੀ ਤੱਤਾਂ ਦੇ ਆਸਾਧਾਰਨ ਬਹੁਪੱਖੀ ਪ੍ਰਗਟਾਅ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਹੈ।

ਜਿਹੜੀ ਦਲੀਲ ਨਾਲ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਆਦਰਸ਼ਵਾਦੀ ਚਿੰਤਕਾਂ ਵਲੋਂ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ 'ਕਰਮ' ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੇ ਸਨ ਉਹ ਅਤਿਅੰਤ ਰੋਚਕ ਸੀ। ਉਹ ਪੁੱਛਦੇ ਕਿ ਜੇ ਆਤਮਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਕ ਦੇਹ ਤੋਂ ਦੂਸਰੀ ਦੇਹ ਤੱਕ ਤਬਦੀਲ ਕਰਨ ਯੋਗ ਹੈ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪਿਛਲਾ ਜਨਮ ਚੋਣੇ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ, ਜਾਂ ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਮੌਤ ਪਿਛੋਂ ਨਵੀਂ ਦੇਹ ਵਿੱਚ ਜਨਮ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਕਾਰਨ ਆਪਣਾ ਪਿਛਲਾ ਜੀਵਨ ਅਪਨਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਕਰਮ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਕੇ ਲੋਕਾਯਤ ਦੇ ਅਨੁਯਾਈ ਨਾ ਕੇਵਲ ਸਨਾਤਨੀ ਪ੍ਰੰਪਰਾ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ ਸਗੋਂ ਸਾਰੀਆਂ ਹੋਰ ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਲਹਿਰਾਂ ਦਾ ਵੀ ਵਿਰੋਧ ਕਰ ਰਹੇ ਸਨ। ਇਸੇ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀ ਪ੍ਰਾਚੀਨ ਅਤੇ ਮੱਧ ਕਾਲੀਨ ਭਾਰਤ ਦੇ ਚਿੰਤਨ ਵਿੱਚ ਅਨੋਖੀ ਸੀ। ਉਹਨਾਂ ਜਿਹੜੇ ਵਿਚਾਰ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦਲੀਲ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਰਖਦਿਆਂ ਹੋਰ ਵੀ ਪ੍ਰਤੱਖ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪ੍ਰਸਤਾਵ ਬਹੁਤ ਪਹਿਲਿਆਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਹਨ।

ਪਦਾਰਥਵਾਦੀਆਂ ਦੇ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਦਾਚਾਰਕ ਨਿਯਮ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਨੁਕਤਾ ਜਾਪਦ ਸਨ। ਲੋਕਾਯਤ ਦਾ ਅਨੁਯਾਈਆਂ ਉੱਤੇ ਸਵਾਦਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਾਰੀ ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ (ਵਾਸਨਾਵਾਦ) ਦੇ ਹੋਰ ਵਧ ਰਸਕ ਹੋਣ ਦੇ ਦੋਸ਼ ਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ। ਪਰ ਸਦਾਚਾਰਕ ਜੀਵਨ ਸਬੰਧੀ ਲੋਕਾਯਤ ਦੇ ਵਿਚਾਰ ਇਸ ਤੋਂ ਉੱਕਾ ਹੀ ਉਲਟ ਸਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕਦੇ ਵੀ ਅਸਦਾਚਾਰ



ਕਤਾ ਜਾਂ ਬੇਲਗਾਮ ਵਤੀਰੇ ਦੀ ਹਮਾਇਤ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕੀਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਸੰਸਾਰ ਪ੍ਰਤੀ ਖੁਦਗਰਜ਼ ਵਤੀਰੇ ਦੀ ਨਿਖੇਧੀ ਕੀਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਧਾਰਨ ਹੋਂਦ ਤਾਂ ਹੀ ਸੰਭਵ ਸਮਝੀ ਜੋ ਕਰ ਉਹ ਪ੍ਰਕਿਰਤੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਮਿਕ ਹੋਵੇ। ਸੰਜਮ ਨੂੰ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਗੁਣ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸੁਭਾਵਕ ਵਾਸਨਾਵਾਦ ਇਸ ਗੁਣ ਰਾਹੀਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਂ ਨੇਮ ਬੱਧ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

ਮਾਂਦੇ ਭਾਗੀ ਚਾਰਵਾਕਾਂ ਦੇ ਸਮਾਜੀ ਵਿਚਾਰਾਂ ਸਬੰਧੀ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਗੱਲ ਰਿਸ਼ੀ ਭਾਰਦਵਾਜ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਕਥਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਉੱਤੇ ਵੱਡਮੁੱਲਾ ਬਣਾ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਉਹ ਸਮਾਜਿਕ ਵਰਣਾਂ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਮਿਲਦੇ ਹਨ ਕਿ ਲੋਕਾਯਤ ਕੇਵਲ ਆਪਣੇ ਦਰਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਸਮਾਜੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨਾਂ ਸਬੰਧੀ ਵੀ ਆਪਣੀ ਸਹੀ ਪਹੁੰਚ ਉੱਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹੇ।

ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਚਿੰਤਕਾਂ ਨੇ ਆਦਰਸ਼-ਵਾਦੀਆਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅਧਾਰਹੀਣ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਵਿਰੋਧਤਾ ਕੀਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਵੇਦਾਂ ਦੀ ਪਵਿਤਰਤਾ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਸਦੀਵੀ ਸੱਚ ਹੋਣ ਦੇ ਦਾਵੇ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ ਧਾਰਮਿਕ ਮੁਕਤੀ ਦੇ ਵਿਚਾਰ, ਆਤਮਾ ਦੇ ਆਵਾਗਵਨ ਅਤੇ ਕਰਮਾਂ ਦੇ ਨਿਯਮ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਧਾਰਮਿਕਤਾ ਦੇ ਬਾਹਰਮੁਖੀ ਪ੍ਰਗਟਾਅ ਜਿਵੇਂ ਧਾਰਮਿਕ ਮਰਯਾਦਾ ਅਤੇ ਪੂਜਾ ਆਦਿ ਦੀ ਵੀ ਨਿਖੇਧੀ ਕੀਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਪਸ਼ਟ ਪਹੁੰਚ ਉਸ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਇਕ ਬਹੁਤ ਵੱਡੀ ਦਲੇਰੀ ਸੀ। ਬੁੱਧ ਅਤੇ ਜੈਨ ਧਰਮ ਦੇ ਵਿਚਾਰਕ, ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਪ੍ਰਤੀ ਆਪਣੇ ਨ-ਪੱਖੀ ਵਤੀਰੇ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਸਤਾਵਨਾ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨ ਦੀ ਦਲੇਰੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਰ ਸਕੇ।

ਭਾਰਤੀ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਆਪਣੇ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਉੱਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹੇ। ਬਲਵਾਨ ਵਿਰੋਧੀਆਂ ਦੇ ਵਿਰੋਧ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਪ੍ਰੰਪਰਾ ਭਾਰਤ ਵਿੱਚ ਅਨੇਕ ਸਦੀਆਂ ਤਕ ਜਾਰੀ ਰਹੀ। ਸਨਾਤਨੀ

ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਨਾ ਕੇਵਲ ਲਿਖਤਾਂ ਸਾਂਭਣ ਦੇ ਹੱਕ ਵਿੱਚ ਇਜ਼ਾਜ਼ੇ-ਦਾਰੀ ਰੱਖਦੇ ਸਨ ਸਗੋਂ ਸਮਾਜੀ ਸੱਤਾ ਦੀ ਵਾਗਡੋਰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਇਸ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾ ਨੇ ਭਾਰਤੀ ਚਿੰਤਨ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਵਿਚਾਰਧਾਰਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਅਥਾਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾਇਆ। ਇਸ ਨੇ ਸੰਸਾਰ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਇਤਹਾਸ ਵਿੱਚ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਪਾਇਆ। ਇਸ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਦਲੇਰੀ, ਭੁੱਖਾਈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਨਿਯਮ ਨਾ ਕੇਵਲ ਕਲਾਸਕੀ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕਾਂ ਨਾਲ ਇਕੋ ਪੱਧਰ ਉੱਤੇ ਸਨ ਸਗੋਂ ਅਕਸਰ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਲੰਘ ਜਾਂਦੇ ਸਨ।

## ਲੇਖਕ ਮਿੱਤਰਾਂ ਲਈ

ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਲਈ ਰਚਨਾਵਾਂ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਸਾਫ, ਸੁਥਰੀਆਂ ਲਿਖੀਆਂ ਹੋਣ।

ਰਚਨਾ 'ਤਰਕਸ਼ੀਲ' ਦੇ ਦਾਇਰੇ 'ਚ ਆਉਂਦੀ ਹੋਵੇ।



ਸੁਣੋ !

'ਤਰਕਸ਼ੀਲ' ਨੂੰ ਹੋਰ ਹਰਮਨ ਪਿਆਰਾ/ਚੰਗਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਪਾਠਕਾਂ ਦੇ ਖਤਾਂ/ਸੁਝਾਵਾਂ ਦੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਉਡੀਕ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।



## ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਅਹੁਦੇਦਾਰਾਂ ਲਈ

ਸਮੂਹ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਇਕਾਈਆਂ ਦੇ ਕਾਰਕੁੰਨ/ਅਹੁਦੇ-ਦਾਰ ਮੈਗਜ਼ੀਨ ਲਈ ਕੇਸ ਰਿਪੋਰਟਾਂ/ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਤੇ ਬਣਦੇ ਸੁਝਾਅ ਭੇਜਣੇ ਨਾ ਭੁੱਲਣ।



ਸੋਧ

ਮਈ ਜੂਨ ਅੰਕ 92 ਵਿੱਚ 20 ਰੁਪਏ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸਤਨਾਮ ਸੱਤਾ ਨਾਮ ਅਧੀਨ ਛਪ ਗਈ ਸੀ। ਇਸ ਨਾਮ ਨੂੰ ਸਤਨਾਮ ਸੈਣੀ ਮੁਕੱਦਮ ਪਹੁੰਚਿਆ ਜਾਵੇ।

ਵਿਗਿਆਨ ਲੋਕ

## ਪਹਾੜਾਂ ਉਪਰ ਠੰਡ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ?

—ਰਾਜਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਇਹ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਹੀ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਅਸੀਂ ਪਹਾੜਾਂ ਉਪਰ ਉਤਾਰ ਨੂੰ ਚੜ੍ਹਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਸਰਦੀ ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ? ਪ੍ਰੰਤੂ ਉਚਾਈ ਵਧਣ ਨਾਲ ਸਰਦੀ ਕਿਉਂ ਵਧਦੀ ਹੈ? ਇਸਦਾ ਵਿਗਿਆਨਕ ਕਾਰਣ ਕੀ ਹੈ? ਇਸ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਲੋਕ ਜਾਣਦੇ ਹਨ।

ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਹੇਠਲਾ ਭਾਗ ਜਿਸ ਨੂੰ ਟ੍ਰੋਪੋ-ਸਫੀਅਰ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਧਰਤੀ ਤੋਂ 12-13 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੀ ਉਚਾਈ ਤੀਕ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹਰ 100 ਮੀਟਰ ਦੀ ਉਚਾਈ ਵਧਣ ਮਗਰ ਔਸਤਨ 0.6-0.7°C ਡਾਘਮਾਨ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦਾ ਇਹ ਭਾਗ ਲੰਘਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਗਲੇ ਭਾਗ ਸਟਰੇਟੋਸਫੀਅਰ ਵਿੱਚ ਤਾਪਮਾਨ ਫਿਰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਵਧਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਸਾਡੇ ਸਾਰੇ ਪਹਾੜ ਜਾਂ ਹੋਰ ਉਚੇ ਸਥਾਨ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਅਸੀਂ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਉਚਾਈ ਵਧਣ ਨਾਲ ਤਾਪਮਾਨ ਘਟਣ ਦੇ ਕਾਰਣਾਂ ਨੂੰ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦੇ ਇਸ ਹਿੱਸੇ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਹੀ ਵਿਚਾਰਾਂਗੇ।

ਹਵਾ ਦੇ ਗਰਮ ਹੋਣ ਲਈ ਮੁੱਖ ਜਗ੍ਹਾ ਧਰਤੀ ਦਾ ਤਲ ਹੈ। ਸੂਰਜ ਦੀ ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਧਰਤੀ ਦਾ ਤਲ ਗਰਮ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਸਦਕਾ ਅੱਗੇ ਧਰਤੀ ਦੇ ਤਲ ਨਾਲ ਲਗਦੀ ਹਵਾ ਗਰਮ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਇੱਕ ਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਹਵਾ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਤ੍ਹਾ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹੁੰਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਿਵੇਂ ਫਿਰ ਉਸ ਤੀਕ ਗਰਮੀ ਘੱਟ ਪੁੱਜਦੀ ਹੈ; ਦੂਸਰਾ ਜਦ ਹਵਾ ਹੇਠਾਂ ਉਪਰ ਵੱਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਪਰ ਘੱਟ ਦਬਾਅ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਫੈਲਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਫੈਲਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸਦਕਾ ਵੀ ਹਵਾ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਉਚਾਈ ਤੇ ਜਾਕੇ ਹੋਰ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇਹਨਾਂ ਦੋਹਵਾਂ ਕਾਰਣਾਂ ਕਰਕੇ ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਧਰਤੀ ਤੋਂ ਉਪਰ ਵੱਲ ਜਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਪਮਾਨ ਘਟਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

(ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਦਾ ਹੇਠਲਾ ਭਾਗ ਟ੍ਰੋਪੋਸਫੀਅਰ ਲੰਘਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿੱਚ ਫਿਰ ਜੋ ਵਾਧਾ ਹੋਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਸਦਾ ਕਾਰਨ ਵਾਯੂਮੰਡਲ ਉਤਲੀ ਓਜ਼ੋਨ

ਪਰਤ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਰਸਾਇਣਕ ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਕਾਰਣ ਗਰਮੀ ਦਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਹੈ।)

ਇਸਤੋਂ ਅੱਗੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਵਾਲ ਉਠਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਹਾੜ ਖੁਦ ਹਵਾ ਨੂੰ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਗਰਮ ਕਰ ਦਿੰਦੇ? ਇਸਦਾ ਉੱਤਰ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਪਹਾੜਾਂ ਦੇ ਤਲ ਢਾਲ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਉਹਨਾਂ ਉਪਰ ਸੂਰਜ ਦੀਆਂ ਕਿਰਣਾਂ ਸਿੱਧੀਆਂ (ਲੰਬ ਰੂਪ ਵਿੱਚ) ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀਆਂ। ਦੂਸਰਾ ਪਹਾੜੀਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਹਵਾ ਲਗਾਤਾਰ ਚਲਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਪਹਾੜੀਆਂ ਦੀ ਉੱਚੀ ਨੀਵੀਂ ਬਣਤਰ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਹਵਾ ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਰੁਕ ਕੇ ਗਰਮ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਜਦ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਹਵਾ ਕੁਝ ਗਰਮ ਹੋਣ ਵੀ ਲਗਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਬਲਿਊ ਘਾਟੀਆਂ ਵਿਚੋਂ ਹੋਰ ਠੰਡੀ ਹਵਾ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦ ਕਿ ਮੈਦਾਨ ਪੱਧਰੇ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਦੂਰ ਦੂਰ ਤੀਕ ਧਰਤੀ ਦਾ ਤਲ ਸਭ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਇਕੋ ਜਿਹਾ ਗਰਮ ਹੋਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਪਠਾਰ (ਉਚਾਈ ਉਪਰ ਪੱਧਰ ਇਲਾਕੇ) ਉਚਾਈ 'ਤੇ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਗਰਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਧਰਤੀ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਤ੍ਹਾ ਤੋਂ ਉਚਾ ਹੁੰਦੇ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਸਰਦੀ ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧਰਤੀ ਦੀ ਸਤ੍ਹਾ ਤੋਂ ਧਰਤੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਡੂੰਘਾਈ ਵਲ ਜਾਣ ਨਾਲ ਗਰਮੀ ਵਧਦੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦ ਅਸੀਂ ਉਪਰੋਂ ਪੁਟਾਈ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹੇਠਾਂ ਨੂੰ ਜਾਈਏ ਤਾਂ ਹਰ 35 ਮੀਟਰ ਮਗਰ 1°C ਤਾਪਮਾਨ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਭਾਵ 1 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਮਗਰ 30°C ਤਾਪਮਾਨ ਦਾ ਵਰਕ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ 3 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਦੀ ਡੂੰਘਾਈ ਤੇ ਹੀ ਪਾਣੀ ਉਬਾਲ ਸਕਣ ਵਾਲੀ ਗਰਮੀ (100°C) ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਧਰਤੀ ਦੀ 40-50 ਕਿਲੋਮੀਟਰ ਡੂੰਘੀ ਉਪਰਲੀ ਤਹਿ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਗਲਾ ਪਦਾਰਥ ਗਰਮ ਨਾਲ ਪਿਘਲੀ ਅਵਸਥਾ ਜਾਂ ਲਾਲ ਸੁਰਖ ਗਰਮੀ ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਧਰਤੀ ਦੇ ਕੇਂਦਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਵਿਗਿਆਨੀਆਂ ਦੇ ਅੰਦਾਜ਼ੇ ਮੁਤਾਬਕ 6000°C ਦੇ ਆਸ ਪਾਸ ਹੈ।



## ਕੀ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦਾ ਖੇਤਰ ਸੀਮਤ ਹੈ? —ਮੁਕੇਸ਼ ਕੁਮਾਰ

ਕੁੱਝ ਲੋਕ ਇਹ ਗੁਮਰਾਹਕੁਨ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਤਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਰੋਲਾ ਪਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਸ਼ਬਦ 22-23 ਸ਼ਬਦਾਂ ਰੱਖ ਦਿੱਤੀਆਂ, ਅਖੇ ਜਿਹੜਾ ਇਹਨਾਂ 'ਚ' ਕੋਈ ਇਕ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਫਿਰਾ ਦੇਵੇ, ਉਹ ਇਕ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਇਨਾਮ ਜਿੱਤ ਲਵੇ। ਉਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤਰਕਸ਼ੀਲਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਪਤਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਕੰਮਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਕਿੰਨੇ ਕੰਮ ਹਨ ਜੋ ਗੋਬੀ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਕਈ ਲੋਕ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵਾਲੇ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਕਿ ਕੁਝ ਦੀ ਫੋਟੋ ਖਿੱਚ ਕੇ ਦਿਖਾਉਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਮਿਲੇਗਾ। ਤਰਕਸ਼ੀਲਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਕਿ ਕੁਝ ਪ੍ਰਤਾਂ ਦੀ ਫੋਟੋ ਨਹੀਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਕਈ ਲੋਕ ਇਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਤਾਂ ਨਾਸਤਿਕ ਹਨ।

ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਮੈਂ ਇਹ ਗੱਲ ਸਾਫ਼ ਕਰ ਦੇਣੀ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦਾ ਖੇਤਰ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਿਹਨਾਂ 23 ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਇਹ ਲੋਕ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਡਾ: ਇਬਰਾਹਿਮ ਟੀ. ਕਾਵੂਰ ਦੁਆਰਾ 1964 ਵਿੱਚ ਰੱਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਸਨ ਕਿਉਂਕੀ ਅਖੌਤੀ ਸਾਧੂ, ਸੰਤ, ਪੀਰ ਪੰਗੋਬਰ, ਪੁੱਛਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲੇ, ਅੱਲੀਏ ਅਤੇ ਪੰਡਿਤ ਆਦਿ ਇਹੀ ਅਖੌਤੀ ਚਮਤਕਾਰ ਦਿਖਾ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬੇਵਕੂਫ਼ ਬਣਾ ਚੁੱਕੇ ਸਨ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਖੂਨ ਪਸੀਨੇ ਦੀ ਕਮਾਈ ਠੱਗ ਚੁੱਕੇ ਸਨ। ਡਾ: ਇਬਰਾਹਿਮ ਟੀ. ਕਾਵੂਰ ਦੁਆਰਾ ਉਹਨਾਂ ਅਖੌਤੀ ਚਮਤਕਾਰਾਂ ਤੇ ਇਕ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਇਨਾਮ ਰੱਖਣਾ, ਉਹਨਾਂ ਅਖੌਤੀ ਸਾਧੂ, ਸੰਤਾਂ, ਪੀਰਾਂ, ਪੰਗੋਬਰਾਂ, ਅੱਲੀਆਂ, ਅਤੇ ਪੁੱਛਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਪੰਡਿਤਾਂ ਆਦਿ ਨੂੰ ਚਣੌਤੀ ਦੇਣਾ ਸੀ। ਇਕ ਹੋਰ ਸੰਦੇਸ਼ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਆਮ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਉਹ ਜਿਹਨਾਂ ਅਖੌਤੀ ਚਮਤਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਗੋਬੀ ਸ਼ਕਤੀ ਸਮਝਦੇ ਰਹੇ ਸਭ ਧੱਖਾ ਹੀ ਸੀ।

ਭਾਵੇਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਰਾਜ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਾ ਸਿਹਰਾ ਡਾ: ਇਬਰਾਹਿਮ ਟੀ. ਕਾਵੂਰ ਨੂੰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਫਿਰ ਵੀ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਨੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਖੋਜਾਂ 'ਤੇ ਅੱਖਾਂ 'ਤੇ ਪੱਟੀ ਬੰਨ ਕੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ (ਨਾ ਹੀ ਕਿਸੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ) ਸਗੋਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਨੇ ਖੁਦ ਤਜਰਬੇ ਕੀਤੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਇਸੇ ਨਤੀਜੇ 'ਤੇ ਹੀ ਪਹੁੰਚੀ ਹੈ। ਕਿ ਦੁਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਵੀ ਗੋਬੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਹੀਂ।

ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦਾ ਖੇਤਰ ਸਿਰਫ਼ 22-23 ਗੱਲਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਇਹ ਤਾਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਹਰ ਵਰਤਾਰੇ ਸਬੰਧੀ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਨਜ਼ਰੀਆ ਅਪਣਾਉਣ ਦਾ ਸੰਦੇਸ਼

ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਚਾਹੇ ਉਹ ਵਰਤਾਰਾ ਸਮਾਜਿਕ ਹੋਵੇ, ਚਾਹੇ ਰਾਜਨੀਤਕ, ਚਾਹੇ ਆਰਥਿਕ, ਚਾਹੇ ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਚਾਹੇ ਮਾਨਸਿਕ।

ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵਲੋਂ ਰੱਖੇ ਇਕ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦੇ ਇਨਾਮ ਦਾ ਸਵਾਲ ਹੈ ਉਹ ਸਿਰਫ਼ ਇਹਨਾਂ 23 ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਇਕ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਕਰਨ 'ਤੇ ਹੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲੇਗਾ ਸਗੋਂ ਕਿਸੇ ਗੋਬੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦੁਆਰਾ (ਧੱਖਾ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿੱਚ) ਦਿਖਾਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚਮਤਕਾਰ 'ਤੇ ਵੀ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। (ਭਾਵੇਂ 1964 ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਕੋਈ ਵੀ ਅਖੌਤੀ ਸਾਧੂ, ਸੰਤ, ਪੀਰ, ਪੰਗੋਬਰ, ਅੱਲੀਆ, ਪੁੱਛਾਂ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਪੰਡਿਤ ਆਦਿ ਨਹੀਂ ਜਿੱਤ ਸਕਿਆ)।

ਕਈ ਲੋਕ ਇਹ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕੁਝ ਤਾਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਪ੍ਰੰਤੂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਫੋਟੋ ਨਹੀਂ ਖਿੱਚੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਅੱਜੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅਖੌਤੀ ਤਾਤਰਿਕ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਭੋਲੀ ਭਾਲੀ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਗੁਮਰਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਤ ਆ-ਤਮਾਵਾਂ ਵੱਸ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਜੋ ਚਾਹੁਣ ਉਹਨਾਂ ਤੋਂ ਕੰਮ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਚਣੌਤੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਛੂਹੇ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕੁੱਝ ਖੁਆਏ, ਵੱਸ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਪ੍ਰਤ ਅਤਮਾ ਦੀ ਮੱਦਦ ਨਾਲ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਸਮੇਂ ਪਟਕਾ ਕੇ ਸੁੱਟ ਦੇਣ ਜਾਂ ਮਾਰ ਦੇਣ।

ਬਾਕੀ ਰਹੀ ਗੱਲ ਨਾਸਤਿਕਤਾ ਦੀ ਇਕ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਵਰਤਾਰੇ ਨੂੰ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨਾਲ ਦੇਖਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸੁਣੀ ਸੁਣਾਈ ਗੱਲ ਤੇ ਬਿਨਾਂ ਤਜਰਬਾ ਕੀਤੀਆਂ ਯਕੀਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ। ਉਹ ਧਾਰਮਿਕ ਗ੍ਰੰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਖੇ ਨੂੰ ਤਜਰਬੇ ਦੁਆਰਾ ਪਰਖਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਗਰੰਥਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਣਨ ਕੀਤੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ/ਗੱਲਾਂ ਗਲਤ ਸਾਬਤ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਸੱਚ ਬੋਲਣ ਦੀ ਹਿੰਮਤ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਸਾਇੰਸਦਾਨ ਬਰੂਨੋ ਨੇ ਜਦੋਂ ਇਸਦੀਆਂ ਦੋ ਧਾਰਮਿਕ ਗਰੰਥ ਬਾਈਬਲ ਵਿੱਚ ਲਿਖੀ ਇਹ ਗੱਲ ਕਿ ਧਰਤੀ ਚਪਟੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਾਰੇ ਬ੍ਰਹਿਮੰਡ ਦਾ ਕੇਂਦਰ ਬਿੰਦੂ ਹੈ। ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਤਾਰਾ ਮੰਡਲ ਇਸ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਬੁਨੀ ਸਾਬਤ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਤਾਂ ਪਾਦਰੀਆਂ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਨਾਸਤਿਕ ਗਰਦਾ-ਨਿਆ। ਉਸਨੂੰ ਅਦਾਲਤ ਵਿੱਚ ਅਪਣੀ ਖੋਜ ਵਾਪਸ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਪਰ ਜਦੋਂ ਉਹ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਤਾਂ ਅਦਾਲਤ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਜ਼ਿੰਦਾ ਜਲਾਉਣ ਦੀ ਸਜ਼ਾ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਅਪਣੀ ਜਾਨ ਤੱਕ ਦੀ ਕੁਰਬਾਨੀ ਦੇ ਕੇ ਅਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। □

18/ਤਰਕਸ਼ੀਲ/ਜੁਲਾਈ-ਅਗਸਤ '92

## ਅੰਨ੍ਹੀ ਰਈਅਤ ਗਿਆਨ ਵਿਹੂਣੀ

—ਜਸਬੀਰ ਜੱਸੀ

ਹਾਕਮ ਸਿੰਘ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਦਾ ਚੋਲੇ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਸੀ ਉਸ ਤੋਂ ਪਿਛੋਂ ਉਹ ਕਈ ਵੀ ਵੀਰਵਾਰ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮੀ ਕਿਤੇ ਨਹੀਂ ਗਿਆ ਸੀ। ਘਰ ਰਹਿੰਦਾ ਅਤੇ ਬਾਬੇ 'ਘੋਗੜ ਖਾਂ' ਦੇ ਚਿਰਾਗ਼ ਕਰਦਾ, ਬਣਾਈ ਹੋਈ ਚੋਕੀ ਤੇ ਨੱਕ ਰਗੜਦਾ।

ਇਕ ਵੀਰਵਾਰ ਦੀ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਹਾਕਮ ਸਿੰਘ ਦੇ ਇਕ-ਲੋਤੇ ਨੌਜਵਾਨ ਲੜਕੇ ਰਵਿੰਦਰ ਨੂੰ ਅਚਾਨਕ ਦੌਰਾ ਪੈ ਗਿਆ। ਦੌਰਾ ਵੀ ਏਨਾ ਤੇਜ਼ ਕਿ ਪਈ ਹੋਈ ਦੰਦਲ (ਗੁਸ) ਟੁੱਟਣ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਉਂਦੀ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਹਾਕਮ ਸਿੰਘ ਚਿਰਾਗ਼ਾਂ ਵਿੱਚ ਮਸ਼ਰੂਫ਼ ਸੀ ਤੇ ਧੂਪ ਦੇਕੇ ਨੱਕ ਰਗੜ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅੱਧੀ ਰਾਤ ਹੋ ਗਈ ਜਦੋਂ ਗਵਾਂਡੀਆਂ ਦਾ ਮੁੰਡਾ ਪਿੰਡ ਵਿਚਲੇ 'ਕੱਦੂ ਡਾਕਟਰ' ਨੂੰ ਬੁਲਾ ਕੇ ਲਿਆਇਆ।

ਡਾਕਟਰ ਨੇ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਚੈੱਕ ਕਰਕੇ ਕਿਹਾ ਕਿ "ਜੇ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਸਾਰ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਮੈਂ ਟੀਕਾ ਲਾਅ ਕੇ ਸ਼ਹਿਰ ਪਹੁੰਚਣ ਜੋਗਾ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਪਰ ਹੁਣ ਤਾਂ ਤਿੰਨ ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮਾਂ ਬੀਤ ਗਿਆ।" ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵਿੱਚ ਹੀ ਸਨ ਕਿ ਰਵਿੰਦਰ ਦਮ ਤੋੜ ਗਿਆ।

ਹਾਕਮ ਸਿੰਘ ਬਿੱਟ ਬਿੱਟ ਬਾਬੇ ਘੋਗੜ ਖਾਂ ਦੇ ਚਿਰਾਗ਼ਾਂ ਜਗਦਿਆਂ ਵੱਲ ਤੱਕ ਰਿਹਾ ਸੀ ਜਿਹੜੇ ਉਹਦੇ ਅਪਣੇ ਇਕੋ ਇਕ ਚਿਰਾਗ਼ ਨੂੰ ਸਦਾ ਲਈ ਬੁਝਾ ਗਏ ਸੀ। ਕਾਸ਼! ਉਹ ਚਿਰਾਗ਼ਾਂ 'ਚ ਨਾ ਉਲਝ ਕੇ ਮੁੰਡੇ ਨੂੰ ਸ਼ਹਿਰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਹੀ ਲੈ ਜਾਂਦਾ।

ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਚੋਲਾ ਕੱਲ੍ਹ ਸ਼ਾਮੀ ਇਕ ਔਰਤ ਨੂੰ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਸੀ, "ਓਹ ਮਾਈ ਕਰਮਾਂ ਵਾਲੀਏ। ਆਹ ਲੈ ਜਾ ਤਵੀਤ ਤੇ ਆਹ ਪਾਣੀ ਮੰਤਰ ਕੇ ਦਿੱਤਾ। ਤਵੀਤ ਬਾਰ 'ਚ ਬੰਨ੍ਹ ਦੇਈ' ਤੇ ਪਾਣੀ ਦਾ ਛਿੱਟਾ ਘਰ 'ਚ ਦੇ ਦਈ'। ਤੇਰੇ ਸਭ ਕੰਮ ਸੁਭ ਹੋਣਗੇ, ਸਭ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ।" ਮਾਈ ਇਕ ਸੌ ਇਕ ਰੁਪਏ ਮੱਥਾ ਟੇਕ ਕੇ ਤਵੀਤ ਪਾਣੀ ਲੈ ਕੇ ਚਲੀ ਗਈ।

ਅੱਜ ਸਵਾਖ਼ਤੋਂ ਦੀ ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਗਵਾਂਡੀ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆ ਗਿਆ ਅਖੇ, "ਬਿਜਲੀ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕ ਅਰਜ਼ੀ ਲਿਖੀ, ਰਾਤ ਮੀਟਰ ਸੜ ਗਿਆ ਅਤੇ ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਈ ਨੀਂ ਲੱਗਿਆ। ਸਾਡੇ ਮੁਰਗੇ ਬਿੱਲੀ ਖਾ ਗਈ।"

ਮੈਂ ਹੱਸ ਕੇ ਕਿਹਾ, "ਯਾਰ 'ਮੰਤਰ ਪਾਣੀ' ਦਾ ਛਿੱਟਾ ਮੀਟਰ ਤੇ ਦੇ ਦੇਈ' ਤੇ ਤਵੀਤ ਲਿਖ ਕੇ ਆਵੇ ਗਲ 'ਚ ਪਾ ਲੈ। ਸਭ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ, ਕੀ ਲੱਝ ਐ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਦੀ।"

ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਸ਼ਰਮ ਨਾਲ ਨੀਵੀਂ ਪਾ ਗਿਆ।

□ □ □

ਹਰਪ੍ਰੀਤ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਬੈਠਣ ਸਾਰ ਹੀ ਨੀਂਦ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪਈ। 'ਬਾਬੇ ਬੋਹੜ ਵਾਲੇ' ਦੀ ਸਵਾ ਪੰਜਾ ਰੁਪਇਆ ਦੀ ਸੁੱਖਣਾ ਸੁੱਖ ਕੇ ਉਹ ਇਹ ਕਹਿ ਕੇ ਬਿਸਤਰੇ 'ਚ ਵੜ ਗਿਆ ਅਖੇ,

"ਜੇ ਪੜ੍ਹਨਗੇ, ਸੋ ਗਲਣਗੇ, ਤੂੰ ਕਿਉਂ ਹੋਇਆ ਉਦਾਸ, ਦੱਬ ਰਚਾਈ ਸੋ ਜਾ, ਰੱਬ ਕਰੇਗਾ ਪਾਸ।"

ਅੱਜ ਰਿਜਲਟ ਸੁਣ ਕੇ ਉਹ ਗੋਡਿਆਂ 'ਚ ਸਿਰ ਦੇ ਕੇ ਬੈਠਾ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਸ ਦਿਨ ਵਾਲਾ ਪੇਪਰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਵਿਸ਼ੇ ਦਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਉਹ ਇਸ ਸਾਲ ਬਮਾਤ ਵਿਚੋਂ ਫੇਲ੍ਹ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ।

## ਤਾਤਰਿਕ ਬਨਣ ਲਈ ਪਤਨੀ ਤੇ ਬੱਚੇ ਮਾਰ ਦਿੱਤੇ

ਦੇਵਵੰਦ, 18 ਮਈ: ਬਲਾਕ ਰਾਮਪੁਰ ਦੇ ਪਿੰਡ ਫੇਦ-ਵਾਨਾ ਵਿਚ ਸੁਰਜੀਤ ਨਾ ਵੇ ਇੱਕ ਆਦਮੀ ਨੇ ਤਾਤਰਿਕ ਦੀ ਵਿਦਿਆ ਵਿਚ ਮੁਹਾਰਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਪਿਛਲੇ ਦਿਨੀਂ ਆਪਣੇ ਦੋ ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ਧਾਰ ਹਥਿਆਰ ਨਾਲ ਕਤਲ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਸੁਰਜੀਤ ਨੂੰ ਪੁਲਿਸ ਨੇ ਗ੍ਰਿਫਤਾਰ ਕਰਕੇ ਹਵਾਲਾਤ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ।

19/ਤਰਕਸ਼ੀਲ/ਜੁਲਾਈ-ਅਗਸਤ '92



## ਹੱਡ ਬੀਤੀਆਂ-ਜੱਗ ਬੀਤੀਆਂ

### .....ਇੰਝ ਵੀ ਹੁੰਦੇ।

—ਹਰਬੰਸ ਮੱਲਾ

ਗੱਲ ਜਿਲ੍ਹਾ ਹੁਸ਼ਿਆਰਪੁਰ ਦੇ ਕਸਬੇ ਟਾਂਡਾ ਉਤਮੁਤ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਪੈਂਦੇ ਪਿੰਡ ਤਲਵੰਡੀ ਮੱਲਾ ਦੀ ਹੈ। ਟਾਂਡੇ ਤੋਂ ਤਲਵੰਡੀ ਦੇ ਰਾਹ ਤੇ ਤਲਵੰਡੀ ਦੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਬਾਬਾ ਮਲੰਗ ਸਾਹਿਬ ਜੋਤੀ ਦੀ ਕਬਰ ਹੈ। ਕਬਰ ਦੀ ਸੁੰਦਰਤਾ ਅਤੇ ਲੱਗੇ-ਫੁੱਲ ਬੂਟਿਆਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਇਕ ਵਾਰ ਤਾਂ ਇਸ ਤਰਾਂ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬਾਬਾ ਜਰੂਰ ਕੋਈ ਉਘੀ ਤੇ ਸਨਮਾਨਤ ਸ਼ਖ਼ਸੀਅਤ ਹੋਵੇਗੀ। ਬਾਬੇ ਦੀ ਕਬਰ ਤੇ ਪੂਜਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸ਼ਰਧਾਲੂਆਂ ਦਾ ਵੀ ਕੋਈ ਅੰਤ ਨਹੀਂ। ਬਾਬੇ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੰਖੇਪ ਜਿਹਾ ਹੈ। ਬਾਬੇ ਦੀ ਕਬਰ ਦਾ ਇਤਿਹਾਸ ਸਿਰਫ਼ ਤੇ ਕੇਵਲ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਪੁਰਾਣਾ ਹੈ। ਬਾਬੇ ਦਾ ਦਿਹਾਂਤ ਜਨਵਰੀ 1992 ਦੀ ਇਕ ਠੰਡੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਠੰਡ ਲੱਗਣ ਕਾਰਣ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ। ਬਾਬੇ ਦੇ ਮਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸਨੂੰ ਫਟੇ ਪੁਰਾਣੇ ਕਪੜਿਆਂ ਵਿਚ ਦਰ ਦਰ ਧੱਕੇ ਖਾਏ, ਠੰਡ ਵਿਚ ਨੁਰ ਨੁਰ ਕਰਦੇ ਸਭ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਦੇਖਿਆ ਸੀ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਉਸਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਸ਼ਰਧਾਲੂ ਨਹੀਂ ਸੀ ਜੋ ਉਸ ਲਈ ਕਪੜੇ ਅਤੇ ਰਹਿਣ ਦਾ ਬੋਝਾ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਬੰਧ ਹੀ ਕਰ ਦਿੰਦਾ। ਜਿਸ ਦਿਨ ਨਮੂਨੇ ਦੇ ਕਾਰਣ ਬਾਬੇ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਉਸਦੀ ਲਾਵਾਰਸ ਦੇਹ (ਲਾਸ਼) ਦੂਸਰੇ ਦਿਨ ਤੱਕ ਵੀ ਹੁਲਦੀ ਰਹੀ।

ਅਖੀਰ ਪਿੰਡ ਦੇ ਕੁਝ 'ਪਤਵੰਤਿਆਂ' ਨੂੰ 'ਤਰਸ' ਆਇਆ ਤੇ ਬਾਬੇ ਦੀ ਲਾਸ਼ ਸਪੁਰਦ-ਏ-ਖਾਕ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਬਾਬੇ ਦੀ ਕਬਰ ਲਈ ਦਾਨ ਵਜੋਂ ਰਾਸ਼ੀ ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਅਤੇ ਬਾਬੇ ਦੀ ਕਬਰ ਤੇ ਫੁੱਲ ਮਾਣ ਵਜੋਂ 'ਭੋਟ' ਚੜ੍ਹਨ ਲੱਗੇ।

ਹੁਣ ਮੈਂ ਇੱਕ ਲੋਕ ਗਾਇਕ ਦੀਆਂ ਇਹਨਾਂ ਸਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਸੋਚਦਾ ਹਾਂ.....। ਪੁੱਠੀ ਦੇਖੀ ਹੀਤ ਮੈਂ, ਭੇਡੇ ਇਸ ਸੰਸਾਰ ਦੀ। ਇਹ ਮੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਪੂਜਦੀ, ਤੇ ਜਿਉਂਦਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਰਦੀ। ●

ਮੈਂ ਸਹਾਇਕ ਹੰਦੇ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਡੇਅਰੀ ਦਾ ਹੰਦਾ ਕਰਦਾ ਹਾਂ। ਦੋ ਕੁ ਮਹੀਨੇ ਹੋ ਗਏ ਮੇਰੀ ਇਕ ਮੱਝ ਅਚਾਨਕ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਗਈ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਦੋਸਤ ਵੇਟਨਰੀ ਡਾਕਟਰ ਓਮ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਜੋ ਕਿ ਮੇਰੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਪਿੰਡ ਮਨੋਣੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਨੌਕਰੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕੋਲ ਗਿਆ। ਉਸਨੇ ਆ ਕੇ ਵੇਖਿਆ ਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਇਸਨੂੰ ਕੋਈ ਖਾਸ ਮਰਜ਼ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਇਸ ਲਈ ਉਹ ਆਮ ਜਿਹੀ ਦਵਾਈ ਦੇ ਕੇ ਚਲਾ ਗਿਆ ਤੇ ਜਾਣ ਲੱਗਾ ਮੈਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਕਿ ਮੈਂ ਮੱਝ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਅਸਧਾਰਨ ਪ੍ਰੀਵਰਤਨਾਂ ਨੂੰ ਨੋਟ ਕਰਾਂ। ਪਰ 5 - 6 ਦਿਨ ਲੰਘ ਜਾਣ ਤੇ ਵੀ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਸਾਫ਼ ਨਾ ਹੋਈ। ਇਕ ਦਿਨ ਮੱਝ ਦਾ ਖੂਨ ਲਬੋਰੇਟਰੀ ਵਿਚ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਇਆ ਪਰ ਰਿਪੋਰਟ ਵਿਚ ਕੁਝ ਵੀ ਅਸਧਾਰਨ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆਇਆ। ਅਸੀਂ ਕਾਫੀ ਚਿੰਤਤ ਸਾਂ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਮ ਹੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੇ ਵੀ ਮੈਨੂੰ ਕਿਸੇ ਸਿਆਣੇ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਪਰ ਮੈਂ ਟਾਲ ਮਟੋਲ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਇਕ ਦਿਨ ਮੈਨੂੰ ਇਕ ਖਾਸ ਕੰਮ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਪੈ ਗਿਆ। ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਵਾਪਸ ਆਇਆ ਤਾਂ ਇਕ ਸਿਆਣਾ ਮੱਝ ਦਾ ਹਥੇਲਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਮੈਨੂੰ ਦੇਖ ਕੇ ਕਾਫੀ ਗੁੱਸਾ ਆਇਆ, ਪਰ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਇਸ ਵਿਚ ਅਟੱਲ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵੇਖ ਕੇ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਗੁੱਸੇ ਨੂੰ ਵਿਚੇ ਹੀ ਪੀ ਗਿਆ। ਉਸ ਸਿਆਣੇ ਨੇ 'ਅਜਵੈਣ' ਦਿੱਤੀ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਦੱਸ ਕੇ ਤੁਰ ਗਿਆ। ਉਸੇ ਹੀ ਦਿਨ ਮੇਰੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੇ ਇਕ ਬਾਬੇ ਦਾ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਤੇ ਜਲ ਵੀ ਮੰਗਵਾ ਲਿਆ। ਇਹ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ 'ਅਜਵੈਣ' ਪਰਸ਼ਾਦ ਤੇ ਜਲ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਕਬਜ਼ੇ ਵਿਚ ਲੈ ਲਈਆਂ ਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਦਾ ਢੰਗ ਪੁੱਛ ਕੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨ ਦਵਾਇਆ ਕਿ ਮੈਂ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ ਕਰ ਦਿਆਂਗਾ। ਪਰ ਮੈਂ ਉਹ ਸਭ ਚੀਜ਼ਾਂ ਇਕੱਠੀਆਂ ਕਰਕੇ ਨਜ਼ਦੀਕ ਇਕ ਟੋਭੇ ਵਿਚ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਉਸ ਤੋਂ ਦੂਜੇ

ਦਿਨ ਹੀ ਡਾਕਟਰ ਸਾਹਿਬ ਆਏ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਮੱਝ ਦਾ ਹਾਲ ਦੱਸਿਆ ਤਾਂ ਉਹ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ ਇਹ ਸਭ 'ਲੱਛਣ' 'ਸਰ੍ਹਾਂ' ਨਾਮੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਹਨ। 'ਸਰ੍ਹਾਂ' ਇਕ ਬਹੁਤ ਖਤਰਨਾਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ। ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਉਸ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਤੇ ਮੱਝ ਠੀਕ ਹੋਣ ਲੱਗ ਪਈ।

ਮੱਝ ਦੇ ਠੀਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਾਤਾ ਜੀ ਇਕ ਦਿਨ ਕਹਿਣ ਲੱਗੇ ਕਿ "ਦੇਖਿਆ ਤੇਰੇ ਓਮੀ (ਡਾਕਟਰ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਛੋਟਾ ਨਾਂ) ਦਾ ਵੀ ਜੋਰ ਲੱਗ ਗਿਆ, ਮੱਝ ਬਾਬਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਨੇ ਠੀਕ ਕਰੀ ਕੇ ਨਾ" ਪਰ ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੀ ਕਹਾਣੀ ਦੱਸੀ ਆਪਣੇ ਬਾਬਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਵਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹ ਤਾਂ ਟੋਭੇ ਵਿਚ ਤਾਰੀਆਂ ਲਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੱਝ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਤਾਂ ਕਿਤੇ ਜਾ ਕੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਡਾਕਟਰੀ ਇਲਾਜ ਦੀ ਜਿੱਤ ਸਵੀਕਾਰ ਕੀਤੀ।

—ਬਲਿਹਾਰ ਸਿੰਘ ਭੰਗੂ

ਪਿੰਡ ਤੇ ਡਾਕਘਰ ਹਵਾਰਾ ਕਲਾਂ ਰੋਪੜ

### ਟੂਣਾ

—ਰਛਪਾਲ ਸਿੰਘ ਵਿਰਦੀ

'ਟੂਣਾ' ਇਕ ਅਜਿਹਾ ਲਫਜ਼ ਹੈ ਕਿ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸੁਣਦੇ ਸਾਰ ਹੀ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਕਿਸੇ ਚੌਰਸਤੇ ਵਿਚ ਪਏ ਹੋਏ ਸਿੰਧੂਰ, ਮਿਰਚ, ਤੇ ਕਿਸੇ ਜਾਨਵਰ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਦੀ ਤਸਵੀਰ ਉਭਰਦੀ ਹੈ। ਅਤੇ ਟੂਣਾ ਹੋਇਆ ਦੇਖਦੇ ਸਾਰ ਹੀ ਵਿਅਕਤੀ ਇਕ ਦਮ ਡਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁਣ ਕੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ। ਪਰ ਇਹ ਪੰਡਿਤ ਲੋਕ ਹੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਾਰੇ ਭੁਮਰਾਹ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਪਰੰਤੂ ਜੇ ਘਟਨਾ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਵਾਪਰੀ ਉਹ ਵੀ ਇਸ ਟੂਣੇ ਵਾਰੇ ਹੀ ਸੀ ਜਿਹੜੀ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਲੱਗਾ ਹਾਂ।

ਗੱਲ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਪਿੰਡ ਦੇ ਪੰਜ ਮੁੰਡੇ ਦਸਵੀਂ ਕਲਾਸ ਦੀ ਟਿਊਸ਼ਨ ਪਿੰਡ ਦੇ ਹੀ ਇੱਕ ਮਾਸਟਰ ਕੋਲ ਰਾਤ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸੀ। ਤੇ ਦਸ ਕੁ ਵਜੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਆਉਂਦੇ ਸੀ। ਸਾਡੇ ਵਿਚ 'ਪਾਲ' ਨਾਂ ਦਾ ਮੁੰਡਾ ਬਹੁਤ ਸ਼ਰਾਰਤੀ ਸੀ। ਪਰ ਉਸ ਵਿਚ ਖਾਸ ਗੱਲ ਇਹ ਸੀ ਕਿ

ਉਹ ਵਹਿਮਾਂ ਭਰਮਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦਾ ਸੀ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਬਾਕੀ ਮੁੰਡੇ ਇਹਨਾਂ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਇਕ ਟੂਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਕੀਮ ਦੱਸੀ। ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਮੰਨੇ ਨਹੀਂ ਪਰ ਉਸ ਨੇ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਨੂੰ ਮਨਾ ਲਿਆ। ਉਸ ਦੀ ਸਕੀਮ ਮੁਤਾਬਕ ਸੰਗਰਾਂਦ 'ਤੇ' ਬਾਅਦ ਸੋਮਵਾਰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਟੂਣਾ ਕਰਨਾ ਸੀ ਤਾਂ ਜੋ ਲੋਕ ਸਵੇਰੇ ਮੰਗਲਵਾਰ (ਜਿਸ ਨੂੰ ਜੇਠਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ) ਨੂੰ ਟੂਣਾ ਹੋਇਆ ਵੇਖਣ। ਉਸ ਨੇ ਟੂਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਇਕੱਲੇ ਇਕੱਲੇ ਨੂੰ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵੱਸ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਜੋ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇਸ ਸਕੀਮ ਵਿਚ ਪੱਕੀ ਰਹਾਂ ਸਾਮਲ ਹੋ ਗਏ।

ਜੋ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਸਕੀਮ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਸੰਗਰਾਂਦ 'ਤੇ' ਬਾਅਦ ਸੋਮਵਾਰ ਦੀ ਰਾਤ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਟਿਊਸ਼ਨ ਪੜ੍ਹ ਕੇ ਮਾਸਟਰ ਦੇ ਘਰੋਂ ਨਿਕਲੇ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੂਣਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਜਿਸ ਜਗ੍ਹਾ ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਕੋਈਆਂ ਸਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਕੱਢਿਆ ਤੇ ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਇਕ ਚੌਰਸਤੇ ਵਿਚ ਆਟੇ ਨਾਲ ਇਕ ਚੌਰਸ ਖਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਤੇ ਫਿਰ ਮਿਰਚਾਂ ਚਾਰੇ ਖੁੰਜੇ ਰੱਖ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਟੇ ਦਾ ਦੀਵਾ ਜਗਾ ਕੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ ਤੇ ਫਿਰ ਕੰਘੀ ਦੇ ਨਾਲ ਸਿਰ ਵਿਚੋਂ ਜੋ ਵਾਲ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ ਉਹ ਵੀ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖ ਦਿੱਤੇ ਤੇ ਇਕ ਔਟਾ ਵੀ ਰੱਖ ਦਿੱਤਾ। ਇਹ ਸਾਰੀ ਕਾਰਵਾਈ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪਣੇ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਸੌ ਗਏ।

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਸਵੇਰੇ ਉੱਠੇ ਤਾਂ ਨਜ਼ਾਰਾ ਵੇਖਣ ਵਾਲਾ ਸੀ। ਪਿੰਡ ਦੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਉਸ ਚੌਰਸਤੇ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਇਕੱਠੇ ਸਨ ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਬੁੱਢੀਆਂ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਜਿਆਦਾ ਸੀ। ਦੂਜੀ ਗੱਲ ਉਸ ਦਿਨ ਮੰਗਲਵਾਰ ਵੀ ਜੇਠਾ ਸੀ ਜਿਸ ਨਾਲ ਦਹਿਸ਼ਤ ਹੋਰ ਪੈ ਗਈ। ਸਾਰੀਆਂ ਬੁੱਢੀਆਂ ਇਕ ਦੂਜੀ ਨਾਲ ਮੂੰਹ ਜੋੜ ਕੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਸਨ। ਪਰ ਸਾਡਾ ਹੱਸ ਹੱਸ ਕੇ ਬੁਰਾ ਹਾਲ ਸੀ। ਮੰਗਲਵਾਰ ਹੀ ਸਾਡੇ ਪਿੰਡ ਇਕ ਪੰਡਤ ਤੇਲ ਲੱਣ ਆਉਂਦਾ ਸੀ। ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਉਸ ਤੇ ਬਹੁਤ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਸੀ। ਕੁਦਰਤੀ ਉਹ ਪੰਡਤ ਉਸ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ ਹੀ ਆ ਗਿਆ। ਸਾਡੀ ਇਕ ਤਾਈ ਚੰਨੀ ਜੋ ਕਿ ਬੜੀ ਕੁਪੱਤੀ ਸੀ ਉਸ ਪੰਡਤ ਨੂੰ ਲੈ ਕੇ ਟੂਣੇ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ



## ਆਟੇ ਦਾ ਰੰਗ ਨੀਲਾ ਹੋਇਆ !

ਸਾਡਾ ਸਮਾਜ ਅਨੇਕਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੈ, ਅਨ-ਪੜ੍ਹਾ-ਅਗਿਆਨਤਾ 'ਚ ਘਿਰੇ ਲੋਕ ਵਿਰਸੇ 'ਚੋਂ ਮਿਲੀ ਅੰਧਵਿਸ਼ਵਾਸੀ, ਪਿਛਾਏ ਗੁਰੂਤਾ ਸਦਕਾ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਰੂਪ 'ਚ ਸਮਝਣੇ ਅਸਮਰਥ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਮਸਲਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਪਹੁੰਚ ਗੈਰ-ਵਿਗਿਆਨਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਨੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਿਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦ ਉਸਦਾ ਜ਼ਿਉਣਾ ਦੁੱਥਰ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ, ਕੋਈ ਹੱਲ ਬਾਕੀ ਨਾ ਬਚੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਭੂਤ-ਪ੍ਰੇਤ, ਕਸਰ ਦਾ ਨਾਂ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਬਹਾਨੇਬਾਜ਼ੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ 'ਚ ਘਰੇਲੂ ਔਰਤਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਹੁਤ ਤਰਸਯੋਗ ਹੈ। ਅੱਜ ਵੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁਰਾਣੇ ਜ਼ਮਾਨੇ ਵਾਂਗ 'ਪੈਰ ਦੀ ਜੁੱਤੀ' ਹੀ ਸਮਝਿਆ ਜਾਂਦੇ, ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਘਰ 'ਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਲਣਾ, 'ਪਤੀ-ਪਰਮੇਸ਼ਰ' ਦੀ ਹਰ ਗੱਲ ਤੇ ਫੁੱਲ ਚੜ੍ਹਾਉਣੇ ਤੇ ਬਾਕੀ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਨਾ ਹੀ ਉਸਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਮਕਸਦ ਬਣਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ, ਸਮਾਜ 'ਚ ਉਸਦੇ ਅਰਮਾਨਾਂ, ਸੱਧਰਾ ਲਈ ਕੋਈ ਥਾਂ ਨਹੀਂ। ਅਜਿਹੇ ਸਮਾਜ 'ਚ ਅਜੀਬ-ਗਰੀਬ ਮਸਲੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣੇ, ਘਟਨਾਵਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਸੁਭਾਵਕ ਗੱਲਾਂ ਹਨ।

ਪਹੁੰਚੀ ਤੇ ਕਹਿਣ ਲੱਗੀ ਪੰਡਤਾ ਛੋਟੀ ਦਸ ਇਹ ਟੂਣਾ ਕਿਸ ਹਰਾਮ ਦੀ ਨੇ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਣ ਪੰਡਤ ਬੜੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਟੂਣੇ ਵੱਲ ਦੇਖਣ ਲੱਗਾ। ਇਹ ਦੇਖ ਸਾਡੇ ਹਾਸੇ ਇਕ ਦਮ ਉਡ ਗਏ, ਤੇ ਦਿਲ ਧੱਕ ਧੱਕ ਕਰਨ ਲੱਗ ਪਿਆ, ਸਾਡੇ ਡਰ ਸੀ ਕਿ ਪੰਡਤ ਕਰਮਾਤੀ ਹੈ ਤੇ ਹੁਣ ਉਸ ਨੇ ਸਾਡੇ ਨਾਮ ਦਸ ਦੇਣੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇਕ ਦੂਜੇ ਦੇ ਮੂੰਹ ਵੱਲ ਦੇਖੀਏ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੜਾ ਵੇਲਾ ਸੀ ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਅਸੀਂ ਪਾਲ ਮੰਗਰ ਲੱਗ ਗਏ ਪਰ ਪਾਲ ਦੇ ਮੂੰਹ ਤੇ ਕੋਈ ਡਰ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਉਹ ਤੇ ਬੁੱਲਾਂ ਵਿਚ ਮੁਸਕਰਾ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਪੰਡਤ ਨੇ ਪਹਿਲਾਂ ਗਿਆਰਾਂ ਰੁਪਏ ਰਖਾਏ। ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪੰਜੀ ਨਾ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਟਾਈ ਚੰਨੀ ਨੇ ਜੇਬ ਵਿਚੋਂ ਗਿਆਰਾਂ ਰੁਪਏ ਝੱਟ ਦੇਣੀ ਰੱਖ ਦਿੱਤੇ। ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹ ਕਹਿਣ ਲੱਗਾ ਕਿ ਇਹ

ਘਟਨਾ ਫਿਰੋਜਪੁਰ ਜਿਲੇ ਦੇ ਇੱਕ ਪਿੰਡ ਦੀ ਹੈ, ਮੱਧ ਵਰਗੀ ਕਿਸਾਨ ਪਰਿਵਾਰ, ਕੁੱਲ ਛੇ ਮੈਂਬਰ ਪਰਿਵਾਰ 'ਚ ਰਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਵੱਡਾ ਲੜਕਾ ਵਿਆਹਿਆ ਹੋਇਆ, ਉਸਤੋਂ ਛੋਟੀ ਕਾਲਜ ਪੜ੍ਹਦੀ ਲੜਕੀ ਤੇ ਇੱਕ ਲੜਕਾ... ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਮੁਖੀ ਤੇ ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ। ਰਾਜੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਵਸਦੇ ਉਸ ਪਰਿਵਾਰ 'ਚ ਪਿਛਲੇ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਅਜੀਬ ਘਟਨਾ ਵਾਪਰ ਰਹੀ ਸੀ। ਆਟੇ ਦਾ ਰੰਗ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਬਦਲ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲਾਂ ਘਰ ਦੀ ਨੂੰਹ ਜਦੋਂ ਆਟਾ ਗੁੰਦੀ ਉਸ 'ਚ ਰੰਗ ਆ ਜਾਂਦਾ। ਉਸਨੇ ਆਪਣੇ ਪਤੀ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕੀਤੀ, ਘਰਦਿਆਂ ਨੇ ਇਸ ਗੱਲ ਵੱਲ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੌਰ ਨਾ ਕੀਤੀ। ਫਿਰ ਇਹ ਘਟਨਾ ਰੋਜ਼ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਣ ਲੱਗੀ, ਘਰ ਵਾਲੇ ਘਬਰਾ ਗਏ। ਇੱਕ ਸਾਧ ਭੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ, ਉਸਨੇ ਘਰ ਦਾ 'ਬੰਨ੍ਹਣ' ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਘਟਨਾ ਦਾ ਰੂਪ ਬਦਲ ਗਿਆ। ਇੱਕ ਦਿਨ ਪੋਟੀ 'ਚ ਪਏ ਸਾਰੇ ਆਟੇ ਦਾ ਰੰਗ ਨੀਲ-ਨੀਲ ਹੋ ਗਿਆ। ਜਦੋਂ ਆਟਾ ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਤੋਂ ਮੰਗ ਕੇ ਲਿਆਉਣਾ ਤਾਂ ਗੁੰਦੇ ਵਕਤ ਉਸ ਦਾ ਰੰਗ ਵੀ ਨੀਲਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ। ਘਰਦਿਆਂ ਦੀ ਨੀਂਦ ਹਰਾਮ ਹੋ ਗਈ। ਉਹ ਸਾਧਾਂ-ਸੰਤਾਂ, ਬਾਬਿਆਂ ਦੇ ਚਰਨੀਂ ਜਾ ਪਏ। ਇੱਕ ਨੇ ਫਰਮਾਇਆ, 'ਬੰਨ੍ਹੇ ਘਰ 'ਚ ਕਿਸੇ ਨੇ ਸਿੱਟ ਸਿੱਟੀ ਐ,

ਪਿੰਡ ਦੀ ਹੀ ਇਕ ਬੁਤੀ ਦਾ ਕੰਮ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਨੇ ਇਹ ਸਾਰਾ ਕੰਮ ਮੁੰਡਾ ਲੈਣ ਵਾਸਤੇ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਸੁਣ ਤਾਈ ਚੰਨੀ ਲੱਗ ਪਈ ਗਾਲਾਂ ਕੱਢਣ 'ਨੀ ਉਹ ਕਿਹੜੀ ਲੁੱਚੀ ਐ ਜਿਹਨੇ ਇਹ ਟੂਣਾ ਕੀਤਾ, ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਆਵੇ ਮੈਂ ਉਹਨੂੰ ਹਰਾਮਦੀ ਨੂੰ ਮੁੰਡਾ ਦੇਵਾਂ। ਪਰ ਪੰਡਤ ਨੇ ਬੁਤੀ ਦਾ ਨਾਂ ਨਹੀਂ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੀ ਉਹਦੇ ਨਾਲ ਲੜਾਈ ਨਹੀਂ ਕਰਾਉਣੀ। ਇਹ ਸੁਣ ਸਾਡਾ ਹੱਸ ਹੱਸ ਕੇ ਬੁਰਾ ਹਾਲ ਹੋ ਗਿਆ। ਏ ਟੂਣੇ ਤੇ ਪੰਡਤਾਂ ਦੇ ਵਾਰੇ ਜੋ ਵਿਚਾਰ ਸਨ ਉਹ ਵੀ ਦਿਲ ਵਿਚੋਂ ਨਿਕਲ ਗਏ। ਸਾਡੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਾਸਾਂ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਲਗਦਾ ਸੀ ਕਿ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਾਲ ਨੇ ਸੱਚ ਮੁੱਢ ਹੀ ਸਾਡੇ ਤੇ ਹਾਸੇ ਦਾ ਟੂਣਾ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੋਵੇ।

ਘਬਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ, ਆਪਾਂ ਸਭ ਠੀਕ ਕਰ ਦਿਆਂਗੇ। ਦੂਸਰੇ ਨੇ ਆਖਿਆ ਭਾਈ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ 'ਚ ਕੋਈ ਔਤ ਮਰਿਆ, ਉਹਦੀ ਮਨਤਾ ਕਰਨੀ ਪਵੇ, ਸਭ ਠੀਕ ਹੋ ਜੂ।" ਫਿਰ ਕੀ ਸੀ ਪਰਿਵਾਰ ਅਖੌਤੀ ਬਾਬਿਆਂ ਦੇ ਮੱਕੜੀ ਜਾਲ 'ਚ ਔਸਾ ਫਸਿਆ ਕਿ 10,000 ਰੁਪਏ ਨੂੰ ਬੁੱਕ ਲਵਾ ਲਿਆ। ਘਰੇ ਘਟਨਾਵਾਂ ਬੇ ਰੋਕ-ਟੋਕ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਰਹੀਆਂ। ਘਰੇ ਰੋਟੀ ਪੱਕਣੇ ਹੋਣ ਲੱਗੇ। ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਜੀਣਾ ਦੁੱਥਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਉਹ ਭੱਜ ਦੌੜ ਕਰਕੇ ਅੱਕ ਗਏ, ਨਿਰਾਸ਼ ਹੋ ਕੇ ਬੈਠ ਗਏ। ਰੋਟੀ ਆਂਦ-ਗੁਆਂਦ 'ਚੋਂ ਪੱਕ ਕੇ ਆਉਣ ਲੱਗੀ। ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਚੱਲਣ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ। ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਮਿਤੀ ਤੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲਾਂ ਦੀ ਟੀਮ ਪਿੰਡ ਪਹੁੰਚੀ।

ਅਸਲ ਕਹਾਣੀ ਕੀ ਸੀ :-

ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹਰ ਮੈਂਬਰ ਤੋਂ ਵੱਖਰੇ-2 ਰੁਪ 'ਚ ਮਿਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਨੁਸਾਰ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਾ ਅਰੰਭ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਨੂੰਹ ਦੇ ਜਣੇਪੇ ਤੋਂ ਕੁਝ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਹੋਇਆ। ਘਰ 'ਚ ਦੁੱਧ ਵਾਲੇ ਚਾਰ ਪਸ਼ੂ ਤੇ ਦੋ ਬਲਦ ਸਨ। ਜਣੇਪੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨੂੰਹ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ ਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਗਈ। ਪ੍ਰੰਤੂ ਘਰ ਦਾ ਸਾਰਾ ਕੰਮ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਂਗ ਉਸਨੂੰ ਹੀ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਸੀ। ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੇ ਅਰੰਭ 'ਚ ਉਹ ਟੋਕਰਾ ਲੈ ਕੇ ਤੁੜੀ ਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਡਿੱਗੀ। ਉਸਦੇ ਪਤੀ ਨੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਮਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਆਖਿਆ, "ਕੁਸ਼ ਨੀ ਹੋਇਆ ਉਸਨੂੰ ਐਵੇਂ ਚਲਿੱਤਰ ਖੜਦੀ ਐ, ਤੇਨੂੰ ਵੱਸ 'ਚ ਕਰਨ ਦੀ ਮਾਰੀ। ਰੰਨ ਨੂੰ ਤਾਂ ਜਿੰਨਾ ਚੰਡ ਕੇ ਰੱਖੀਏ ਉਨਾ ਦੀ ਠੀਕ ਰਹਿੰਦੀ ਐ। ਤੂੰ ਚੁੱਪ ਰਹਿ ਮੈਂ ਆਪੇ ਸਭ ਸੰਭਾਲ ਲੂੰਗੀ।" ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਇਸ ਰੁੱਖੇ ਵਤੀਰੇ ਦਾ ਨੂੰਹ ਤੇ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਿਆ, ਉਸ 'ਚ ਬੇਗਾਨਗੀ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਵਧੀ। ਘਰ 'ਚ ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਪਸ਼ੂਆਂ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਨੂੰਹ ਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀ ਖੁਰਾਕ ਨਹੀਂ ਸੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ, ਇਸ ਦਾ ਸਬੂਤ ਜਣੇਪੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸਨੂੰ ਖੁਰਾਕ ਤੋਂ ਵਿਰਥੇ ਰੱਖਣਾ ਸੀ। ਫਿਰ ਵੀ ਘਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕੰਮ ਦਾ ਬੋਝ ਉਸ ਉਪਰ ਹੀ ਸੀ। ਘਰ 'ਚ ਉਸਦੀ ਕੋਈ ਪੁੱਛ ਪੜਤਾਲ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਘਰ ਦਾ ਸਾਰਾ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਉਸ ਦੇ ਵਸੇ ਬਾਹਰੀ ਗੱਲ ਸੀ। ਉਸਨੇ ਆਪਣੀ ਇਸ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦੇ ਹੱਲ ਲਈ ਆਟੇ 'ਚ ਰੰਗ ਪਾਉਣ

ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕਰਨੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਉਹ ਅੱਖ ਬਚਾ ਕੇ ਆਟੇ 'ਚ ਰੰਗ ਪਾਉਂਦੀ ਸੀ।

ਕੇਸ ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਗਈ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਟੀਮ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸ਼ਨ ਬਰਗਾੜੀ, ਹਰਬੀਰ ਕੌਰ ਤੇ ਚੰਨਣ ਵਾਦਰ ਸ਼ਾਮਲ ਸਨ, ਉਪਰੋਕਤ ਨਤੀਜੇ 'ਤੇ ਇੱਕ ਮੱਤ ਸੀ। ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਨੂੰਹ ਨਾਲ ਥਾਫੀ ਲੰਮਾ ਸਮਾਂ ਹੋਈ ਗੱਲਬਾਤ 'ਚੋਂ ਉਸਨੇ ਆਪਣਾ ਦੋਸ਼ ਸਵੀਕਾਰਦਿਆਂ ਇਉਂ ਬਿਆਨ ਕੀਤਾ, "ਜਦੋਂ ਬੰਦੇ ਦਾ ਜਿਉਣਾ ਹੀ ਨਰਕ ਹੋ ਜੇ, ਉਦੋਂ ਉਹ ਕੋਈ ਨਾ ਕੋਈ ਅੱਕ ਤਾਂ ਚੱਬੂਗਾ ਹੀ। ਮੇਰੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਾ ਬੋਨੂੰ ਪਤਾ ਈ ਐ, ਸਾਰਾ ਦਿਨ ਪਸ਼ੂਆਂ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਐ, ਹਰ ਜੀਅ ਦਾ ਗੋਲੀ-ਧੰਦਾ ਕਰਨੀ ਐ, ਫਿਰ ਵੀ ਘਰ ਮੇਰੀ ਕੋਈ ਪੁੱਛ-ਪੜਤਾਲ ਨੀਂ। ਆਟੇ 'ਚ ਰੰਗ ਪਾਉਣ ਆਲੀ ਘਟਨਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਆਲੇ ਤੀਰ ਵਾਂਗੂੰ ਜਿੱਥੇ ਹੋਏ ਐ।"

ਆਟੇ 'ਚ ਰੰਗ ਪਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦਸਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਕਿ, "ਜਦੋਂ ਪਹਿਲਾਂ-ਪਹਿਲ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਮੇਰੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦਾ 'ਲਾਜ ਨਾ ਕਰਾਇਆ ਤਾਂ ਮੇਰੇ ਦਿਮਾਗ ਨੂੰ ਇਹ ਸ਼ਰਾਰਤ ਸੁੱਝੀ ਭਾਵੇਂ ਮੇਰੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਤਾਂ ਹੱਲ ਨੀਂ ਹੋਈ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਲੱਥੇ ਚਿਹਰੇ ਵੇਖਕੇ ਮੈਨੂੰ ਸੁਖ ਮਿਲਦੇ। ਉਂਜ ਹੁਣ ਜਦੋਂ ਦਾ ਘਰ 'ਚ ਇਹ ਚੱਕਰ ਚੱਲਿਐ ਉਦੋਂ ਤੋਂ ਮੇਰੀ ਮਾੜੀ-ਮੋਟੀ ਪੁੱਛ ਪੜਤਾਲ ਵੀ ਵਧੀ ਐ। ਮੈਨੂੰ ਪਤੇ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਹੈ ਤਾਂ ਗਲਤ, ਪਰ ਮੇਰੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਹੋਰ ਰਾਹ ਨਹੀਂ ਸੀ।" ਟੀਮ ਨੇ ਸਾਰੇ ਮਸਲੇ ਤੇ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਨੂੰਹ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਤੋਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਤੇ ਉਸਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਤਰੱਸਾ ਦਿਵਾਇਆ। ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੁਖੀ ਤੇ ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ ਨੂੰ ਅਸਿੱਧੇ ਰੂਪ 'ਚ ਸਾਰੀ ਗੱਲ ਸਮਝਾਈ ਤੇ ਅਗਾਂਹ ਤੋਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਦਾ ਯਕੀਨ ਦਿਵਾਇਆ। ਉਂਜ ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਉਸ ਘਰ 'ਚ ਅਜਿਹੀ ਕੋਈ ਘਟਨਾ ਨਹੀਂ ਵਾਪਰੀ। ਭਾਵੇਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਦਾ ਅਸਲ ਹੱਲ ਤਾਂ ਸੁਝੱਥੇ ਸਮਾਜਿਕ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋਵੇਗਾ ਫਿਰ ਵੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਸਲਾਹੁਣਯੋਗ ਉੱਦਮ ਇਸੇ ਦਿਸ਼ਾ ਵੱਲ ਕਦਮ ਹੀ ਸਮਝੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।



## ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਮੇਲਾ ਮਹਿਤਪੁਰ

ਮਹਿਤਪੁਰ (ਜਲੰਧਰ) ਵਿਖੇ 10 ਮਈ ਨੂੰ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ, ਇਕਾਈ ਮਹਿਤਪੁਰ ਵਲੋਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਮੇਲਾ ਲਾਇਆ ਗਿਆ। ਇਸ ਮੇਲੇ ਦੀ ਵਿਲੱਖਣਤਾ ਇਹ ਰਹੀ ਕਿ ਹਾੜੀ ਦੀ ਹੱਤ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹਾਜ਼ਰੀ ਜਿਥੇ ਭਰਵੀਂ ਰਹੀ ਉਥੇ ਨਾਲ ਇਹ ਮੇਲਾ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਇਸ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਛਾਪ ਛੱਡ ਗਿਆ ਅਤੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲਤਾ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਵਿਚਾਰਚਰਚਾ ਦਾ ਭਰਵਾਂ ਵਿਸ਼ਾ ਬਣੀ। ਮਾਛੀਵਾੜਾ ਲੋਕ ਕਲਾ ਮੰਚ ਵਲੋਂ ਨਾਟਕ ਖੇਡੇ ਗਏ। 'ਨਾਟਕ' ਦੇਵ ਪੁਰਸ਼ ਹਾਰ ਗਏ ਬਹੁਤ ਮਕਬੂਲ ਹੋਇਆ। 'ਜਾਦੂ ਇੱਕ ਕਲਾ ਹੈ' ਗੋਬੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨਹੀਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜਾਦੂ ਦੇ ਟਰਿਕਾਂ ਨਾਲ ਅਮਰਜੀਤ ਅਤੇ ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ ਬਰਗਾੜੀ ਨੇ ਬੜੀ ਖੂਬੀ ਨਾਲ ਨਿਭਾਇਆ। ਰਸਾਲੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕ 'ਰਾਜਿੰਦਰ ਭਦੌਂ' ਨੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਭਾਸ਼ਣ ਵਿੱਚ ਬੋਲਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੇਵਲ ਵਹਿਮ-ਭਰਮ ਦੂਰ ਕਰਨਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਹਰ ਗੱਲ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰ ਨੂੰ ਤਰਕ-ਵਿਤਰਕ ਦੀ ਕਸੌਟੀ 'ਤੇ ਪਰਖਕੇ ਹੀ ਅਮਲ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਰੇਰਨਾ ਹੈ। ਵਿਗਿਆਨਕ ਸੋਚ ਹੀ ਅੰਧਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਜਾਲੇ ਉਤਾਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦੇ ਸੰਪਾਦਕ ਬਲਵਿੰਦਰ ਬਰਨਾਲਾ ਨੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਕੀ ਹਨ—ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ ਕਿਹਾ ਕਿ ਹਰ ਇਕ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਦੀਆਂ ਜੜ੍ਹਾਂ ਬਚਪਨ ਵਿੱਚ ਹੀ ਪਲਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਸੁਚੱਜੇ ਅਤੇ ਨਰੋਂ ਵਾਤਾਵਰਣ 'ਚ ਕਰਨ ਨਾਲ ਜੁਆਨੀ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਤੋਂ ਬਚ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਜਿੰਦ, ਡਰ ਆਦਿ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀਆਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੀ ਨਿਮਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਾਂਚਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪਿਛੇ ਛੁਪੇ ਕਾਰਨ ਦੀ ਤਲਾਸ਼ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਦੂਰ ਕਰਨ ਦੇ ਯਤਨਾਂ ਨਾਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਨਰੋਂ ਮਾਨਸਿਕ ਵਿਕਾਸ ਹੋ ਸਕੇਗਾ।

ਮਹਿਤਪੁਰ ਇਕਾਈ ਦੇ ਸਕੱਤਰ ਰਾਜਕੁਮਾਰ ਨੇ ਸਟੇਜ ਸਕੱਤਰ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਬੜੀ ਖੂਬੀ ਨਾਲ ਨਿਭਾਈ। ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਕਾਰਕੁੰਨਾਂ ਦੀ ਸਰਗਰਮੀ ਸ਼ਲਾਘਾਯੋਗ ਰਹੀ।

8 ਮਾਰਚ 92 ਨੂੰ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਦੋਰਾਹਾ ਇਕਾਈ ਦੀ ਨਵੀਂ ਚੋਣ ਉਪਰੰਤ ਇਕਾਈ ਵੱਲੋਂ ਨਿਯਮਤ ਰੂਪ 'ਚ ਵਹਿਮ-ਭਰਮ, ਅੰਧ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਖਿਲਾਫ ਪ੍ਰਚਾਰ ਆਰੰਭ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਪਿੰਡ ਰਾਮਪੁਰ 'ਚ ਮੜੀਆਂ 'ਚੋਂ ਨੂਨੀ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵਹਿਮ-ਭਰਮਾਂ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਹੋਣ ਸਬੰਧੀ ਪ੍ਰੇਰਿਆ ਗਿਆ।

23 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਸ਼ਹੀਦ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਦੇ ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਿਵਸ ਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਸਮਾਗਮ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿੱਚ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੋਰਾਹਾ ਵੱਲੋਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਲਹਿਰ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪਾਖੰਡੀ ਬਾਬਿਆਂ, ਸਾਧਾਂ ਤੋਂ ਸੁਚੇਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਆਗੂ ਰਾਜਿੰਦਰ ਨੇ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੇ ਹੋਏ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦੁਆਰਾ ਹੱਲ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਕੇਸਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ। ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੀਆਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਤੇ ਕੰਮ-ਢੰਗ ਬਾਰੇ ਵੀ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਇਹਨਾਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਇਲਾਕੇ 'ਚ ਚੰਗਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੈ।

### ਰਾਜਿੰਦਰ ਦੋਰਾਹਾ ਪ੍ਰਧਾਨ, ਦੋਰਾਹਾ ਇਕਾਈ

ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੀ ਬਰਨਾਲਾ ਇਕਾਈ ਵੱਲੋਂ 2 ਜੂਨ 1992 ਨੂੰ ਸਰਕਾਰੀ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਫਰਵਾਹੀ ਅਤੇ ਸੇਖਾਂ ਵਿਖੇ ਮੈਜਿਕ-ਸ਼ੋਅ ਦੀ ਸਫਲ ਪੇਸ਼ਕਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ। ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਸੀਨੀਅਰ ਆਗੂ ਰਾਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ 'ਭਦੌਂ', ਸੁਖਵੰਤ ਸਿੰਘ, ਮਹਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਕਰਮ ਸਿੰਘ 'ਜਖਮੀ', ਇੱਕ ਟੀਮ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਰਕਾਰੀ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਫਰਵਾਹੀ ਪਹੁੰਚੇ, ਜਿੱਥੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਮੈਜਿਸ਼ੀਨ ਦੇ ਮੁੱਖ ਸੰਪਾਦਕ ਬਲਵਿੰਦਰ ਬਰਨਾਲਾ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਹੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਬਲਵਿੰਦਰ

ਬਰਨਾਲਾ ਨੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਬੰਧੀ ਵਿਸਥਾਰ ਪੂਰਵਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਿਆਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਵਹਿਮ, ਭਰਮਾਂ ਅਤੇ ਅੰਧ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਦੀ ਦਲਦਲ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿੱਕਲਕੇ, ਵਿਗਿਆਨਕ ਤੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਨਜ਼ਰੀਆ ਅਪਨਾਉਣ ਤੇ ਜੋਰ ਦਿੱਤਾ। ਸਾਥੀ ਰਾਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ 'ਭਦੌਂ' ਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਮੈਜਿਕ ਸ਼ੋਅ ਦਿਖਾਏ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁੱਧ ਦਾ ਗਿਲਾਸ ਭਰਨਾ, ਖਾਲੀ ਬੋਲੀ ਵਿੱਚੋਂ ਰਿਬਨ ਕੱਢਣੇ, ਖਾਲੀ ਡੱਬੇ ਵਿੱਚੋਂ ਫੁੱਲ ਕੱਢਣੇ, ਗੰਦ ਦਿੱਤੀ ਰੱਸੀ ਵਿੱਚੋਂ ਗੋਦਾਂ ਕੱਢਣੀਆਂ, ਰੱਸੀ ਦੇ ਛੱਡੇ ਬਣਾਉਣੇ, ਫੁੱਲਾਂ ਦੇ ਰੰਗ ਬਦਲਣੇ, ਰੁਪਈਆ ਗਾਇਬ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਟ੍ਰਿਕ। ਕੜਕਦੀ ਧੁੱਪ ਅਤੇ ਛਾ ਦੇ ਲੱਡੀ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਦੀ ਅਣਹੋਂਦ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਵੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਅਤੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੇ ਬਹੁਤ ਹੀ ਚਾਅ, ਨਰੂਮੇ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਦੇਖਿਆ ਅਤੇ ਸੁਣਿਆ।

ਇਸਤੋਂ ਬਾਦ ਬਲਵਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਸਮੇਤ ਸੁਸਾਇਟੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦਾ ਇਹ ਕਾਫਲਾ ਸਰਕਾਰੀ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਸੇਖਾਂ ਵਿਖੇ ਪੁੱਜਿਆ। ਇੱਥੇ ਨਵਕਿਰਨ ਕਲੱਬ ਸੇਖਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵੀ ਬੇਹੱਦ ਸੰਤੋਸ਼ਜਨਕ ਰਿਹਾ। ਸਕੂਲ ਦੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਬਚਾਬਚ ਭਰੇ ਹਾਲ ਨੇ ਰਾਜਿੰਦਰ ਸਿੰਘ 'ਭਦੌਂ' ਵੱਲੋਂ ਦਿਖਾਏ ਗਏ ਟ੍ਰਿਕਾਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਬਲਵਿੰਦਰ ਬਰਨਾਲਾ ਨੇ ਤਰਕਸ਼ੀਲਤਾ ਸਬੰਧੀ ਇੱਕ ਭਾਵ-ਪੂਰਣ ਲੇਕਚਰ ਦਿੱਤਾ। ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਨੇ ਭੂਤ-ਪ੍ਰੇਤਾਂ, ਜੰਤਰਾਂ ਮੰਤਰਾਂ ਨੂੰ ਫਰੋਬੀ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰ ਮਨਾਂ ਦੀ ਉਪਜ ਦੱਸਦਿਆਂ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਦੀ ਗੋਬੀ-ਸ਼ਕਤੀ ਸਾਬਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ, ਸੁਸਾਇਟੀ ਦਾ ਇੱਕ ਲੱਖ ਰੁਪਏ ਦਾ ਇਨਾਮ ਵੀ ਦੁਹਰਾਇਆ। ਕੁੱਲ ਮਿਲਾਕੇ ਦੋਵਾਂ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਬੇਹੱਦ ਤਸੱਲੀਬਖਸ਼ ਰਹੇ।

—ਕਰਮ ਸਿੰਘ 'ਜਖਮੀ'  
ਜਨਰਲ ਸਕੱਤਰ,  
ਇਕਾਈ ਬਰਨਾਲਾ।

ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ, ਸਮਾਜ ਦੇ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਸਭ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਵਹਿਮ, ਭਰਮ, ਅੰਧ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਰੂੜੀ ਵਾਦੀ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਕੂਲਾਂ, ਮੁਲਿਆਂ, ਕਾਲਜਾਂ ਅਤੇ ਪਿੰਡਾਂ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਲੋਕਚਰ ਦੇ ਕੇ ਟਰਿਕ ਕਰਕੇ, ਨਾਟਕਾਂ ਰਾਹੀਂ, ਗੋਸ਼ਟੀਆਂ

ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਭਾਸ਼ਣ, ਗੀਤ ਅਤੇ ਲੇਖ ਮੁਕਾਬਲੇ ਕਰਵਾ ਕੇ ਹਰ ਢੰਗ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤਰਕ ਨਾਲ ਸੋਚਣ ਦੀ ਜ਼ਾਂਚ ਸਿਖਾਉਣ ਲਈ ਯਤਨ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ। ਉਪਰੋਕਤ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਦੀ ਲੜੀ ਵਿੱਚੋਂ ਹੀ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੀ ਫਗਵਾੜਾ ਇਕਾਈ ਵਲੋਂ ਸਕੂਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ 'ਚੋਂ ਗਲਤ ਕਿਸਮ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਦੀ ਥਾਂ ਵਿਗਿਆਨਕ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਅਪਨਾਉਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਭਾਸ਼ਣ ਮੁਕਾਬਲੇ ਕਰਵਾਏ ਗਏ। ਇਹਨਾਂ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਵਿਚ ਭਾਸ਼ਣ ਦਾ ਵਿਸ਼ਾ ਸੀ - ਵਹਿਮ; ਭਰਮ ਅਤੇ ਵਿਗਿਆਨ, ਜੋ ਕਿ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵਲੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਸੀ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਭਾਸ਼ਣ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਵਿਚ ਜਸਕਰਨ ਸਿੰਘ ਸਰਕਾਰੀ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਚੱਕ ਦੇਸ ਰਾਜ (ਜਲੰਧਰ) ਕਲਾਸ ਦਸਵੀਂ ਨੇ ਪਹਿਲਾ, ਅਮਨਪ੍ਰੀਤ ਕੌਰ ਸਰਕਾਰੀ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ, (ਲੜਕੀਆਂ) ਫਗਵਾੜਾ (ਕਪੂਰਥਲਾ) ਕਲਾਸ ਅੱਠਵੀਂ ਨੇ ਦੂਜਾ ਅਤੇ ਸੋਮ ਰਾਜ ਸਰਕਾਰੀ ਮਿਡਲ ਸਕੂਲ ਬਾਹਰਾਮ (ਜਲੰਧਰ) ਕਲਾਸ ਸੱਤਵੀਂ ਨੇ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ ਤੇ ਤੀਜਾ ਸਥਾਨ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵੱਡਣ ਦੀ ਰਸਮ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਮਾਹਰ ਡਾਕਟਰ ਕੁਲਦੀਪ ਸਿੰਘ (ਫਗਵਾੜਾ) ਨੇ ਅਦਾ ਕੀਤੀ, ਜੋ ਕਿ ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਦੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਸਨ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਹਾਜ਼ਰ ਸਰੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਦੀ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੀ ਭਰਪੂਰ ਸ਼ਲਾਘਾ ਕੀਤੀ। ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਨਾਲ ਸਹਿਮਤੀ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਮੁਖ-ਮਹਿਮਾਨ ਨੇ ਸੁਸਾਇਟੀ ਨੂੰ 500 ਰੁਪਏ ਮੌਕੇ ਤੇ ਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਜੋਂ ਦਿੱਤੇ ਅਤੇ ਜੇਤੂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਕ ਇਕ ਟਰਾਫੀ ਅਤੇ ਇਕ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਸੁਸਾਇਟੀ ਵਲੋਂ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਭਾਸ਼ਣ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਦੀ ਜਜਮੇਂਟ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਤੇਜ ਪਾਲ ਸਾਬਕਾ ਸੂਬਾ ਕਮੇਟੀ ਮੈਂਬਰ ਅਤੇ ਬੁਟਾ ਸਿੰਘ ਨੇ ਬਾਖੂਬੀ ਨਿਭਾਈ। ਸਟੇਜ ਸਕੱਤਰ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਡਾਕਟਰ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ ਨੇ ਵਧੀਆ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਿਭਾ ਕੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਰੋਚਕ ਬਣਾਇਆ।

ਇਸ ਸਮਾਗਮ ਵਿਚ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਮਸ਼ਹੂਰ ਜਾਦਗਰ ਅਤੇ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਹਮਦਰਦ ਅਮਰਜੀਤ ਵਿਰਕ ਨੇ ਜਾਦੂ ਦੇ ਟ੍ਰਿਕ ਵਿਖਾ ਕੇ ਮੁੱਖ ਮਹਿਮਾਨ ਅਤੇ ਆਮ ਸਰੋਤਿਆਂ ਨੂੰ ਚਕਾ ਚੌਧ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਸਮੁੱਚੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਰਿਹਾ।

★



## ਅੰਧ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੀ ਕਹਾਣੀ

—ਕਰਮ ਸਿੰਘ 'ਜਖਮੀ'

ਇੱਕ ਵਾਰ ਸੀ ਪਿੰਡ ਕਿਸੇ ਵਿੱਚ ਸਾਧੂ ਆਇਆ, ਧਰਸਸ਼ਾਲਾ ਭੇ ਵਿੱਚ ਸੀ ਉਹਨੇ ਡੇਰਾ ਲਾਇਆ। ਪਿੰਡ ਦੀ ਸ਼ਰਧਾ ਦੇਖ ਕੇ ਸੀ ਬਾਬਾ ਹੱਸਿਆ, ਵਰਤ ਰੱਖਣ ਦਾ ਪਿੰਡ ਲਈ ਮਨਸੂਬਾ ਦੱਸਿਆ। ਚਾਲੀ ਦਿਨ ਲਈ ਹੋ ਗਿਆ ਸਹਿਮਤ ਪਿੰਡ ਸਾਰਾ। ਨਾਲੇ ਕਰਨਾ ਲੱਭੂਆਂ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂ ਭੰਡਾਰਾ। ਦਿਨ ਚੜ੍ਹਦੇ ਨੂੰ ਸਾਧੂ ਲਈ ਛੱਪਰੀ ਬਨਵਾਈ। ਵਿੱਚ ਪਰਾਲੀ ਓਸਦੇ ਸੀ ਖੂਬ ਵਿਛਾਈ। ਦੋਲ ਚਮੱਕੇ ਨਾਲ ਸੀ ਬਾਬਾ ਜੀ ਬਹਿੰਗੇ। ਲੋਕੀ ਪੱਟੇ ਸੇਵਾ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਹੀ ਰਹਿੰਗੇ। ਇੱਕ ਦਿਨ ਭੁੱਖ ਨੇ ਸਾਧੂ ਨੂੰ ਸੀ ਬਹੁਤ ਸਤਾਇਆ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਜਾਣ ਲਈ ਉਹਨੇ ਵਰਮਾਇਆ। ਛੱਪਰੀ ਵਿੱਚ ਬੱਸ ਰਹਿ ਗਿਆ ਇਕ ਅਮਲੀ ਸੁੱਤਾ। ਅੱਖ ਬਚਾਕੇ ਸਾਧੂ ਨੇ ਹੱਲ ਕੀਤਾ ਬੁੱਤਾ। ਲੱਭੂਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਖੀਸ਼ੇ ਨੂੰ ਭਰਿਆ। ਦੂਰ ਤੁਰ ਗਿਆ ਛੱਪਰੀ ਤੋਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਡਰਿਆ। ਝਾੜੀ ਉਹਲੇ ਬੈਠ ਕੇ ਜਿੱਥੇ ਕੋਈ ਨਾ ਤੱਕੇ। ਲੱਭੂਆਂ ਦੇ ਸੀ ਫਿਰ ਸਾਧੂ ਨੇ ਫੱਟੇ ਚੱਕੇ। ਰੱਜ ਕੇ ਬਾਬਾ ਸੈਂ ਗਿਆ ਵਾਪਸ ਨਾ ਮੁੜਿਆ। ਅੱਖ ਖੱਲੀ, ਜਦ ਨਸ਼ਾ ਪੱਤਾ ਅਮਲੀ ਦਾ ਬਣਿਆ। ਮਾਚਸ ਦੇ ਨਾਲ ਓਸਨੇ ਸੀ ਚਿਲਮ ਭਖਾਈ। ਬਲਦੀ ਤੀਲੀ ਸੁੱਟਤੀ ਨਾ ਗਈ ਬੁਝਾਈ। ਤੀਲੀ ਦੀ ਉਸ ਲਾਟ ਤੋਂ ਭਾਂਬੜ ਹੀ ਚੜ੍ਹ ਗਿਆ। ਛੱਪਰੀ ਦੇ ਨਾਲ ਉੱਘਾਦਾ ਅਮਲੀ ਵੀ ਸੜ ਗਿਆ। ਦਿਨ ਚੜ੍ਹਿਆ ਤਾਂ ਦੇਖਕੇ ਸਾਰਾ ਪਿੰਡ ਰੋਵੇ। ਅੱਧ ਮੱਚੀ ਜਿਹੀ ਲਾਸ਼ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਸਾਧੂ ਸਮਝ ਕੇ ਅਮਲੀ ਦੀ ਹੀ ਲਾਸ਼ ਸਜਾਈ। ਦੇਸੀ ਘਿਉ ਦੇ ਨਾਲ, ਚਿਖਾ ਨੂੰ ਅੱਗ ਲਗਾਈ। ਕਰਕੇ ਜਦ ਸੰਸਕਾਰ ਸੀ ਪਿੰਡ ਵਾਲੇ ਆਏ। ਅੱਗੇ ਬਾਬਾ ਦੇਖਕੇ ਬੇਹੱਦ ਘਬਰਾਏ।

ਭੂਤ ਦੇਖਕੇ ਸਾਧੂ ਦਾ ਸਾਰੇ ਹੀ ਨੱਸੇ। ਸਾਧੂ ਸਿਆਣੇ ਕਰ ਲਏ ਕਿੰਨੇ ਹੀ ਕੱਠੇ। ਜੰਤਰ ਮੰਤਰ, ਟੁੱਟੇ ਟਾਮਣੇ ਕਰਕੇ ਹਾਰੇ। ਮੂਧੇ ਪਾਤੇ ਸਾਧੂ ਨੇ ਕੁੱਟ ਕੁੱਟ ਕੇ ਸਾਰੇ। ਸਾਰੇ ਪਿੰਡ ਵਿਚ ਮੱਚਿਆ ਸੀ ਸ਼ੋਰ ਸ਼ਰਾਬਾ। ਲੋਕੀ ਡਰਦੇ ਬਾਬੇ ਤੋਂ, ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਬਾਬਾ। ਆਖਰ ਵਿਚ ਕੁੱਝ ਪੜ੍ਹੇ ਲਿਖੇ ਮੁੰਡਿਆਂ ਨੇ ਆ ਕੇ। ਸੁਣੀ ਕਹਾਣੀ ਸਾਧੂ ਦੀ ਸੱਥ ਵਿਚ ਖੜ੍ਹਕੇ। ਪਿੰਡ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਮਿਟ ਗਏ ਸਭ ਤਰਮ ਭੁਲੇਖੇ। ਭੂਤ ਪਰੇਤ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਨੇ ਅੱਜ ਤੱਕ ਨਾ ਦੇਖੇ। "ਜਖਮੀ" ਜਦ ਵਿਗਿਆਨ ਨੂੰ ਲੋਕਾਂ ਅਪਣਾਇਆ। ਹੋਜੂ ਅੰਧ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦਾ ਫਿਰ ਜੜ੍ਹੇ ਸਫਾਇਆ।

### ਲਾਈਫ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ

1. ਰਾਮ ਚੰਦ ਪਾਥੀ 200 ਰੁਪਏ  
ਪਿੰਡ ਤੇ ਡਾਕਖਾਨਾ ਵਰਵਾਹੀ, ਤਹਿਸੀਲ ਬਰਨਾਲਾ (ਸੰਗਰੂਰ)
2. ਗੁਰਦਿਆਲ ਸਿੰਘ ਸਟਾਈਲਸ ਪ੍ਰਿੰਟਿੰਗ ਪ੍ਰੈਸ 200 ਰੁਪਏ  
ਸਾਹਮਣੇ ਸੀਨੀਅਰ ਸੈਕੰਡਰੀ ਸਕੂਲ ਫਗਵਾੜਾ  
ਦਲਜੀਤ ਸਿੰਘ-ਸੇਂਟਰਲ ਟੂਲ ਰੂਮ ਲੁਧਿਆਣਾ 200 ਰੁਪਏ

### ਸਹਾਇਤਾ

1. ਸ੍ਰੀ ਬਲਦੇਵ ਸਿੰਘ ਪੁਤਰ ਸ੍ਰ. ਬਚਨ ਸਿੰਘ 100 ਰੁਪਏ  
ਪਿੰਡ ਕੱਚੇ, ਜ਼ਿਲਾ ਲੁਧਿਆਣਾ ਨੇ ਅਪਣੀ ਲੜਕੀ ਹਰਜੋਤ ਦੇ ਜਨਮ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿੱਚ
2. ਸ੍ਰੀ ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ ਸੀ.ਟੀ.ਆਰ. ਲੁਧਿਆਣਾ 50 ਰੁਪਏ  
ਮਨਜੀਤ ਸਿੰਘ-ਸੇਂਟਰਲ ਟੂਲ ਰੂਮ 50 ਰੁਪਏ ਸਹਾਇਤਾ  
ਰਘਬੀਰ ਸਿੰਘ ਖੇਮੋਆਣਾ N.F.L. Bathinda.  
ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਦਿਨ ਤੇ 50 ਰੁਪਏ ਸਹਾਇਤਾ

## ਜਰਾ ਮੁਸਕਰਾਓ

ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ : ਜੇਟਾ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ ਕਲਾਂ

ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਅਵਸਥਾ ਉਸਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਅਕਸ਼ਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਸ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਦਸ਼ਾ ਦਾ ਉਸ ਦੀ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਜੁੜ੍ਹਾ ਸਬੰਧ ਹੈ। ਅਨੇਕ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਦਾ ਮੱਤ ਹੈ ਕਿ ਰੋਗ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਮਨ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਥੇ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕੇ ਚੰਗੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮਾਨਸਿਕਤਾ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਡਾ. ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਕਥਨ ਅਨੁਸਾਰ 'ਮਨ ਦੇ ਦੁੱਖ ਤਨ ਦੀਆਂ ਪੀੜਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸਖਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।'

ਮਾਨਸਿਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋੜ ਹੈ— 'ਸਦਾ ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ।' ਖੁਸ਼-ਮਿਜਾਜ਼ ਮਨੁੱਖ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ, ਜਿਹੜੇ ਉਦਾਸ-ਚਿੱਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਕਸਰ ਜਿਆਦਾ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਪਰ ਅਜਿਹੇ ਉਦਾਸ-ਚਿੱਤ ਲੋਕ ਮੁਸਕਰਾਨਾ ਸਿੱਖ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮਹਾਨ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਦੇ ਪੁੱਛਣ ਤੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਕੌਸੀ ਹੈ? ਤੁਸੀਂ ਭਾਵੇਂ ਘੱਟ ਅੱਛੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਦਰਿੜ੍ਹਤਾ ਨਾਲ ਕਹੋ ਕਿ 'ਬਹੁਤ ਅੱਛਾ ਹਾਂ'। ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਉਪਰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਜਾਦੂ ਵਰਗਾ ਅਸਰ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਸੱਚ-ਮੁੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਤੰਦਰੁਸਤ ਅਨੁਭਵ ਕਰੋਗੇ। ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅੱਛੇ ਹੋਣ ਤੇ ਵੀ ਮਰੀ ਜਿਹੀ ਅਵਾਜ਼ 'ਚ ਜੁਆਬ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਕਿ 'ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੀ ਰਿਹਾ ਹਾਂ।' ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸ਼ਾਮ ਤੱਕ ਪੰਜ-ਦਸ ਵਾਰੀ ਅਜਿਹਾ ਕਹਿਣਾ ਪੈ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਨਿਸ਼ਚੈ ਹੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇਕ ਪੁਰਾਣੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ।

ਕਰੋਧ, ਅਸ਼ਕ, ਚਿਤਾ ਡਰ ਆਦਿ ਇੱਕ ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਰੀਰਕ ਰੋਗਾਂ ਦਾ ਸਾਡੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਚਿਤਾ, ਕਰੋਧ, ਅਸ਼ਕ ਡਰ ਆਦਿ ਦਾ ਵੀ ਪ੍ਰਤੀਬਿੰਬ ਸਾਡੇ ਚਿਹਰੇ ਤੇ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਦਵਾ ਹੈ—ਖੁਸ਼ ਰਹਿਣਾ, ਮੁਸਕਰਾਨਾ ਇਹ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਦਵਾ ਹੈ ਜੋ ਅਜਿਹੇ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਤੁਹਾਡੇ

ਚਿਹਰੇ ਤੋਂ ਹੀ ਨਹੀਂ ਉਡਾਉਂਦੀ ਸਗੋਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜੜ੍ਹ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਮਨ ਵਿੱਚੋਂ ਕੱਢ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਮੁਸਕਰਾਨਾ ਸਾਡੀ ਅੱਡੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਹੀ। ਸਾਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਸਾਡੇ ਦਿਨ ਭਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ। ਜਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਦੁਸੀ ਯੁੱਧ ਸਮਝੋ ਜਾ ਮਜ਼ਾਕ, ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਤੱਵ ਦੀ ਕਠੋਰਤਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਧੀਰ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਤੁਸੀਂ ਮੁਸਕਰਾ ਕੇ ਕਰੋਗੇ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਰਲ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਵੇਗਾ।

ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮੱਰਥਾ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸਾਡੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਆਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਮਿੱਤਰ ਦੇ ਮਿਲਣ ਤੇ ਅਸੀਂ ਕਦੇ ਨਾਮਸਕਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ? ਬਸ ਬੋਤਾ ਮੁਸਕਰਾ ਹੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਜੇ ਸਨੇਹ ਇੱਕ ਮੁਸਕਾਨ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਗਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਨਾਮਸਕਾਰਾਂ ਨਾਲ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜੁੜੇਗਾ।

ਮੁਸਕਰਾਨਾ ਕਿਸੇ ਕੀਮਤੀ ਗਹਿਣੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਖੁਸ਼ ਮਿਜਾਜ਼ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਿੱਤਰ ਇੱਕ ਦਾਰਸ਼ਨਿਕ ਜਿਹ ਚਿਹਰਾ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਤਾਂ ਜਿਆਦਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਮੁਸਕਰਾਨਾ ਨੂੰ ਸ਼ਾਇਦ ਇੱਕ ਮਿੱਟੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ, ਪਰ ਉਸਦੀ ਯਾਦ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਭਰ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਖਰਚ ਕੁੱਝ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਪਰ ਜਿਸ ਨੂੰ ਇਹ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਉਸ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵੱਧ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਮੁਸਕਰਾਨਾ ਦੀ ਆਦਤ ਬਣਾਓ। ਦਿਨ ਭਰਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਸ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਮਿਲੇ ਮੁਸਕਰਾ ਕੇ ਹੀ ਮਿਲੇ। ਇਸਦਾ ਫਲ ਇਹ ਮਿਲੇਗਾ ਕਿ ਬਦਲੇ ਵਿੱਚ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਮੁਸਕਰਾਹਟ ਭੇਂਟ ਕਰਨਗੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਛੇਤੀ ਹੀ ਇਹ ਅਨੁਭਵ ਹੋ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਹਨੇਰੀ ਦੁਨੀਆ ਬਦਲ ਕੇ ਰੰਗੀਨ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।



## ਖਜਾਨੇ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਲੀ ਦਾ ਯਤਨ

ਸਹਾਰਨਪੁਰ 10 ਮਈ - ਇਥੋਂ ਬਾਣਾ ਕੁਤਬ ਸ਼ੇਰ ਦੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਮਛੇਰਿਆਂ ਦੇ ਮੁਹੱਲੇ 'ਚ ਗਪਤ ਖਜਾਨੇ ਨੂੰ ਪਾਉਣ ਲਈ ਇਕ ਬੱਚੇ ਦੀ ਬਲੀ ਦੇ ਰਹੇ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਫੜ ਕੇ ਪੁਲਿਸ ਦੇ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਦ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਾਥੀ ਨਸ਼ ਗਿਆ। ਭੜਕੀ ਹੋਈ ਭੀੜ ਨੇ ਫੜੇ ਗਏ ਬੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਜਾਨ ਤੋਂ ਮਾਰ ਦੇਣਾ ਸੀ ਜੇਕਰ ਪੁਲਿਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਕੇ ਫੜੇ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿੱਚ ਨਾ ਲੈਂਦੀ।

ਫੜੇ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿਚ ਇਕ ਮਿਸਤਰੀ ਵਹੀਦ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਜਨਤਾ ਦਲ ਨੇਤਾ ਇਕਬਾਲ ਭਾਰਤੀ ਹੈ। ਦਾਉਦ ਸਰਾਏ ਦੇ ਇਲਾਕਾ ਵਾਸੀਆਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਫੜਿਆ ਗਿਆ ਮਿਸਤਰੀ ਵਹੀਦ ਕੁਝ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਤਿੰਨ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਫੜ ਕੇ ਆਪਣੇ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਲੈ ਗਿਆ ਸੀ। ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਕੱਦ ਤਾਤ੍ਰਿਕ ਦੇ ਕਹੇ ਮੁਤਾਬਕ ਨਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਸਰਸਵਾ ਬਾਣਾ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਪਿੰਡ ਭਰਦਪੁਰ ਦਾ ਬਕੀਲ (14) ਪੁਲ ਕੰਬੋਹਨ ਤੋਂ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਸੀ। ਬਕੀਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਸਵੇਰੇ ਸੱਤ ਵਜੇ ਮਿਸਤਰੀ ਵਹੀਦ 40 ਰੁਪਏ ਦਿਹਾੜੀ ਤੋਂ ਅਕਰਕੇ ਦਾਉਦ ਸਰਾਏ ਵਿਚ ਲੈ ਗਿਆ। ਜਿਥੇ ਡਾਕਟਰ ਅਬਦੁਲ ਰਹਿਮਾਨ ਦੇ ਘਰ ਉਸਾਰੀ ਦਾ ਕੰਮ ਚਲ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਬਕੀਲ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਤਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਮਿੱਟੀ ਇੱਟਾਂ ਚੁੜਵਾਈਆਂ ਗਈਆਂ। ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਹੱਥ ਪੈਰ ਰੱਸਿਆਂ ਨਾਲ ਬੰਨ੍ਹ ਕੇ ਉਸਨੂੰ ਡੂੰਘੇ ਖੰਡ ਵਿਚ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ। ਬਕੀਲ ਮੁਤਾਬਕ ਡਾਕਟਰ ਤੇ ਮਿਸਤਰੀ ਨੇ ਕੁਝ ਤਾਤ੍ਰਿਕ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਸ ਤੇ ਮਿੱਟੀ ਪਾਉਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਮੌਤ ਨੇੜੇ ਵੇਖ ਕੇ ਜ਼ੋਰ ਜ਼ੋਰ ਦੀ ਚੀਕਾਂ ਮਾਰਨ ਲੱਗਾ। ਚੀਕਾਂ ਸੁਣ ਕੇ ਕੁਝ ਹੀ ਦੇਰ ਵਿਚ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਸੈਂਕੜੇ ਲੋਕ ਡਾਕਟਰ ਦੇ ਘਰ ਪਹੁੰਚ ਗਏ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਾਬਰੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਟੋਏ ਵਿਖੇ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ। ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਡਾਕਟਰ ਉਥੋਂ ਭੱਜ ਗਿਆ। ਭੜਕੀ ਹੋਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਭੀੜ ਨੇ ਮਿਸਤਰੀ ਨੂੰ ਫੜ ਲਿਆ ਅਤੇ ਕੁਟਾਪਾ ਚਾੜ੍ਹਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਪੁਲਿਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਪਹੁੰਚ ਗਈ ਅਤੇ ਮਿਸਤਰੀ ਨੂੰ ਹਿਰਾਸਤ ਵਿਚ ਲੈ ਲਿਆ। ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਜਨਤਾ ਦਲ ਨੇਤਾ ਇਕਬਾਲ ਸਿੰਘ ਭਾਰਤੀ ਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖ ਲੈਣ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਉਸਨੂੰ ਵੀ ਫੜ ਲਿਆ ਤੇ ਪੁਲਿਸ ਹਵਾਲੇ ਕਰ ਦਿੱਤਾ।

28/ਤਰਕਸ਼ੀਲ/ਜੁਲਾਈ-ਅਗਸਤ '92

ਦੱਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਾਕਟਰ ਅਬਦੁਲ ਰਹਿਮਾਨ ਨੇ ਇਹ ਮਕਾਨ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਕ ਹਿੰਦੂ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਖਰੀਦਿਆ ਸੀ। ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਜਦ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗਾ ਕਿ ਇਸ ਮਕਾਨ ਵਿਚ ਹੰਨ ਗੱਡਿਆਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਤਾਤ੍ਰਿਕ ਦੀ ਸ਼ਰਨ ਲਈ ਤੇ ਇਕ ਬਾਲਕ ਦੀ ਬਲੀ ਦੇਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ। □

## ਗੜਵੀ ਵਿਚ ਭੂਤ

ਸੁਰਿੰਦਰਜੀਤ ਕੁਨਾਲਾ

ਸਰਬਨ ਇਕ ਫੈਕਟਰੀ ਮਜ਼ਦੂਰ ਸੀ। ਉਹ ਫੈਕਟਰੀ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਉਦਰ ਟਾਇਮ ਲਾਉਣ ਕਰਕੇ ਉਸਨੂੰ ਘਰ ਲੇਟ ਆਉਣਾ ਪੈਂਦਾ। ਰਾਤ ਦੇ 11 - 12 ਵੱਜ ਹੀ ਜਾਂਦੇ ਜਦ ਉਹ ਘਰ ਮੁੜਦਾ।

ਇੱਕ ਰਾਤ ਸਰਬਨ ਸਿੰਘ 12 ਕੁ ਵਜੇ ਦੇ ਕਰੀਬ ਘਰ ਵੱਲ ਵਾਪਸ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਸਾਈਕਲ ਤੇ ਆ ਰਹੇ ਸਰਬਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਆਉਣ ਤੇ ਕੁਝ ਚੀਕਾਂ ਸੁਣਾਈ ਦਿੱਤੀਆਂ। ਘਰ ਦੇ ਬਿਲਕੁਲ ਨੇੜੇ ਆਕੇ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਇਹ ਚੀਕਾਂ ਤਾਂ ਉਸਦੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਤਨੀ ਦੀਆਂ ਹੀ ਹਨ। ਉਸਨੇ ਖਿੜਕੀ ਰਾਹੀਂ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਮੁਹਰਲੀ ਬੇਨਕ ਵਿਚ ਉਸਦੇ ਬੱਚੇ ਮੰਜੇ ਤੇ ਖੜੇ ਹੋ ਰਹੇ ਸਨ ਤੇ ਉਸਦੀ ਪਤਨੀ ਕੁਝ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਹੀ ਬੱਲ ਰਹੀ ਸੀ। ਉਸਨੇ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੜਕਾਇਆ। ਪਤਨੀ ਨੇ ਡਰਦੇ ਡਰਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਿਆ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਕੁਝ ਵੀ ਨਾ ਦੱਸ ਹੋਇਆ ਕਿ ਕੀ ਵਾਪਰਿਆ ਹੈ। ਸਰਬਨ ਨੂੰ ਟਿੱਕ ਟਿੱਕ ਦੀ ਆਵਾਜ਼ ਸੁਣਾਈ ਦਿੱਤੀ।

ਸਹਿਮੀ ਹੋਈ ਸਰਬਨ ਦੀ ਪਤਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹੋਂ ਕੁ - ਭੂ ਦੇ ਦਿਲਾਵਾ ਕੁਝ ਨਾ ਨਿਕਲਿਆ। ਸਰਬਨ ਨੇ ਪੁੱਛਿਆ ਭੂਤ ਕਿਥੇ ਹੈ? ਉਸਨੇ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕੀਤਾ। ਉਹ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਵਧਿਆ। ਹਨੇਰੇ ਵਿਚ ਕੋਈ ਚੀਜ਼ ਉਪਰ ਵੱਲ ਨੂੰ ਉਡੀਕੀ। ਉਸਨੇ ਖੋਸ ਚੁੱਕੇ ਕੇ ਉਸ ਉਪਰ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤਾ। ਅਤੇ ਉਸ ਵਿਚ ਭੂਤ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਕੇ ਬਾਹਰ ਲੈ ਆਇਆ।

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬੜੀ ਖੁਸ਼ੀ ਹੋਈ ਕਿ ਬਾਪੂ ਨੇ ਭੂਤ ਨੂੰ ਪਕੜ ਲਿਆ ਹੈ। ਜਿਉਂ ਹੀ ਬਾਹਰ ਚਾਨਣ ਵਿੱਚ ਖੋਸ ਉਸ ਤੋਂ ਲਾਹਿਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਕੀ ਦੇਖਿਆ ਕਿ ਇਹ ਤਾਂ ਬਿੱਲੀ ਸੀ ਜਿਸ ਨੇ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਵਿਚ ਗੜਵੀ ਰਸਾ ਲਟੀ ਸੀ। ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਉਦਾਸੀ ਖੁਸ਼ੀ ਵਿਚ ਬਦਲ ਗਈ। ★

## ਤਰਕ ਦਰਪਣ

ਡਾ. ਰਜਿੰਦਰ ਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਖੁਸ਼ਵਤ ਸਿੰਘ ਦਾ ਜੋਤਿਸ਼ —

ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਪੰਜਾਬ ਆਪਣੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਹੀ ਜੋਤਿਸ਼ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਾਖੰਡਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਲਗਾਤਾਰ ਜੂਝ ਰਹੀ ਹੈ। ਜੋਤਿਸ਼ ਦੇ ਪਾਖੰਡ ਬਾਰੇ ਅਨੇਕ ਕਿੱਸੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਪ੍ਰਚਲਤ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਸੁਭਵਾਨ ਪਾਠਕ ਅਕਸਰ ਆਪਣੀਆਂ ਹੱਡ ਥੀੜੀਆਂ ਅਤੇ ਜੱਗ ਥੀੜੀਆਂ ਨਾਲ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪਾਖੰਡਾਂ ਦਾ ਪਰਦਾਫਾਸ਼ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਥੇ ਜੋ ਘਟਨਾ ਦਰਜ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਉਹ ਵੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਤੋਂ ਖਾਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਦੇ ਪ੍ਰਸਿੱਧ ਪੱਤਰਕਾਰ ਖੁਸ਼ਵਤ ਸਿੰਘ (ਪੰਜਾਬੀ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨ ਦੇ ਕਾਲਮ ਸਚੇ ਸਚ ਦਾ ਲੇਖਕ) ਦੇ ਜੀਵਨ ਢੰਗ ਅਤੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਪਸੰਦ ਕਰੇ ਨਾ ਕਰੇ, ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਾਵਾਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ, ਉਸਨੂੰ ਨਾਸਤਕ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਲੈ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਜਦੋਂ 'ਇਲਸਟਰੇਟਿਡ ਵੀਕਲੀ' ਦੇ ਚੀਫ਼ ਐਡੀਟਰ ਸਨ ਤਾਂ ਪਾਠਕਾਂ ਲਈ 'ਹਰਤਾਵਾਰੀ ਭਵਿੱਖ' ਕਾਲਮ ਲਿਖਣ ਵਾਲਾ ਜੋਤਿਸ਼ੀ ਭੱਜ ਗਿਆ। ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ ਖੁਸ਼ਵਤ ਸਿੰਘ ਨੇ ਕੀ ਕੀਤਾ? ਉਸਨੇ ਇਹ ਕਾਲਮ ਖੁਦ ਲਿਖਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਉਹ ਵੀ ਇਕ ਨਾ ਅੱਧਾ ਵੀਕ, ਸਗੋਂ ਪੂਰੇ ਡੇਢ ਸਾਲ ਲਿਖਿਆ। ਕਿਸੇ ਜੋਤਿਸ਼ੀ ਨੂੰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਜੋਤਿਸ਼ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਖਬਰ ਤੱਕ ਨਾ ਹੋਈ। ਪੰਨ ਹੈ ਜੋਤਿਸ਼, ਪੰਨ ਹਨ ਜੋਤਿਸ਼ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਪੰਨ ਭਾਗ ਉਨ੍ਹਾਂ ਜੋਤਿਸ਼ੀਆਂ ਦੇ ਜਿਹੜੇ ਜੋਤਿਸ਼ ਵਿਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਰੱਖਣ ਵਾਲਿਆਂ 'ਸਿਆਣਿਆਂ' ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਆਪਣਾ ਹਲਵਾ ਮੰਡਾ ਚਲਾਈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਘਟਨਾ ਜੱਗ ਜਾਹਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਜੇ ਕੋਈ ਅਖਬਾਰ ਜਾਂ ਰਿਸਾਲੇ ਵਿਚ ਰਸ਼ੀਫਲਦੇਖਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸਦੀ ਅਕਲ ਤੇ ਹੱਸਿਆ ਜਾਂਦੇ ਜਾਂ ਰੋਇਆ। ਇਸ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਪਾਠਕ ਆਪ ਕਰਨ ਦੀ ਪੇਚਲ ਕਰਨ।

'ਗਦਰ ਲਹਿਰ ਦੇ ਅਣਫੋਲੇ ਵਰਕੇ' ਫੋਲਦਿਆਂ—

ਗਦਰੀ ਬਾਬੇ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਬਿਲਗਾ ਦੁਆਰਾ ਲਿਖੀ

ਪੁਸਤਕ 'ਗਦਰ ਲਹਿਰ ਦੇ ਅਣਫੋਲੇ ਵਰਕੇ' (ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ- ਦੇਸ਼ ਭਗਤ ਯਾਦਗਾਰ ਹਾਲ, ਜਲੰਧਰ, 1999, ਮੁੱਲ ਪੇਪਰ ਬੈਕ 35 ਰੁਪਏ) ਗਦਰ ਪਾਰਟੀ ਤੇ ਕਿਰਤੀ ਪਾਰਟੀ ਦੇ 1908 ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ 1952 ਤੱਕ ਦੇ ਇਤਿਹਾਸ ਨੂੰ ਅੰਕਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਮਹਾਨ ਇਨਕਲਾਬੀ ਲਹਿਰ ਦੇ ਖੁਸ਼ਕ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਬਾਵੇਂ ਬਾਬੇ ਦਾ ਪੋਤਾ ਪੀੜ੍ਹੀ ਨੂੰ ਕਹਾਣੀ ਸੁਨਾਉਣ ਵਰਗਾ ਰਸ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਇਸ ਵਿਚ ਤੱਥਾਂ ਦੀ ਵੀ ਘਾਟ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਸਗੋਂ ਕਈ ਤੱਥ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਸਾਹਮਣੇ ਆਏ ਹਨ। ਸਿਧਾਂਤਕ ਅਤੇ ਦਾਅਪੇਚਕ ਨੁਕਤਿਆਂ ਨੂੰ ਇਤਿਹਾਸਕ ਸੂਝ ਨਾਲ ਪੁਨਰ ਪਰਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਨਕਲਾਬੀ ਲਹਿਰ ਵਿਚ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਪਾਠਕ ਲਈ ਪੁਸਤਕ ਪੜ੍ਹਨ ਯੋਗ ਹੈ। ਪਰ ਮੇਰੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਦਾ ਮੱਖ ਕੇਂਦਰ ਗਦਰੀ ਬਾਬਿਆਂ ਦੇ ਧਰਮ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਸਨ। ਪੁਸਤਕ ਪੜ੍ਹਕੇ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਅਗਵਾਈ ਸੱਚੇ ਸੁੱਚੇ ਇਨਕਲਾਬੀਆਂ ਦੇ ਹੱਥ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਧਾਰਮਿਕ ਕੇਂਦਰ ਵੀ ਇਨਕਲਾਬ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਗੋਂ ਇਨਕਲਾਬੀਆਂ ਨੇ ਮਿਲ ਬੈਠਣ ਲਈ ਧਾਰਮਿਕ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕੀਤੀ। ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਜੇ ਵੱਡੇ ਗੋਰਵ ਦੇ ਧਾਰਮਿਕ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਸਥਾਪਤੀ ਭਗਤ ਬਿਰਾਜਮਾਨ ਹੋ ਜਾਣ ਤਾਂ ਉਥੇ ਵੀ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਭਗਤੀ ਦੀ ਸੂਰ ਉੱਚੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਦੇਸ਼ ਭਗਤ ਕਿਵੇਂ ਧਰਮ ਤੋਂ ਉਪਰ ਸਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਧਰਮ ਸੰਬੰਧੀ ਵਿਚਾਰ ਕਿਨੇ ਸਪੱਸ਼ਟ ਸਨ। ਆਪਣੀ ਇਨਕਲਾਬੀ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਪੜ੍ਹੀ ਜਾਣ ਯੋਗ ਹੈ।

ਗਦਰ ਦੀ ਗੂੰਜ—

ਗਦਰ ਪਾਰਟੀ ਦੇ ਅਖਬਾਰ ਗਦਰ ਦੀ ਗੂੰਜ ਵਿਚ ਡਾਪੀਆਂ ਕੁਝ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਹਵਾਲੇ ਵਜੋਂ ਦਰਜ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

29/ਤਰਕਸ਼ੀਲ/ਜੁਲਾਈ-ਅਗਸਤ '92



ਮਰਨ ਭਲਾ ਗੁਲਾਮੀ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਸੁਖਨ ਇਹ ਮਨ ਭੁਲਾਵਣੇ ਦਾ ਮੁਲਕ ਜਾਗਿਆ ਚੀਨ ਜੋ ਘੁਰ ਸੁੱਤਾ ਦੇਲ ਵਜਿਆ ਹਿੰਦ ਜਗਾਵਣੇ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਲੋੜ ਨਾ ਪੰਡਤਾਂ ਕਾਜੀਆਂ ਦੀ ਨਹੀਂ ਸ਼ੌਂਕ ਹੈ ਬੇੜਾ ਡੁਬਾਵਣੇ ਦਾ ਜਪ ਜਾਪ ਦਾ ਵਕਤ ਬਤੀਤ ਹੋਇਆ ਵੇਲਾ ਆ ਗਿਆ ਤੇਰਾ ਉਠਾਵਣੇ ਦਾ ਪੜ੍ਹਕੇ ਗਦਰ ਅਖਬਾਰ ਨੂੰ ਖਬਰ ਲੱਗੀ ਵੇਲਾ ਆ ਗਿਆ ਗਦਰ ਮਚਾਵਣੇ ਦਾ।

ਉਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਗਦਰੀ ਇਨਕਲਾਬੀ ਆਪਣੀਆਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਰਾਹੀਂ ਮਹਜਬੀ ਜਨੂੰਨ, ਇਲਾਕਾਪ੍ਰਸਤੀ ਅਤੇ ਗੁਲਾਮੀ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਬੋਲਦੇ ਸਨ।

ਆਪਸ ਵਿਚ ਲੜਣਾ ਮੰਦਾ ਕੰਮ ਫੜਿਆ ਝਗੜੇ ਝਗੜੇ ਹਿੰਦੂ ਮੁਸਲਮਾਨ ਵਾਲੇ ਹੀਰਾ ਹਿੰਦੂ ਹੀਰਾ ਖਾਕ ਰੋਲ ਦਿੱਤਾ ਰੋਲੇ ਘਤਕੇ ਵੇਦ ਕੁਰਾਨ ਵਾਲੇ ਗਾਂਧੀ; ਸੂਰ, ਝਟਕਾ ਜੇਕਰ ਦੁੱਖ ਦਿੰਦਾ ਗੇਰੇ ਹਨ ਤਿੰਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਭੁੱਖੇ ਮਰਨ ਬੱਚੇ ਕਾਲ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਖੱਟ ਖਾਣ ਸਾਡੀ ਇੰਗਲਸਤਾਨ ਵਾਲੇ।

ਸਾਡੇ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਵਿਚ ਤਾਂ ਮੀਟ ਖਾਣ ਜਾਂ ਨਾ ਖਾਣ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਅੱਗੋਂ ਸੂਰ, ਗਾਂ ਜਾਂ ਝਟਕਾ ਖਾਣ ਬਾਰੇ ਝਗੜਾ ਹੈ। ਪਰ ਤਿੰਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਖਾ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਸਾਡੇ ਤੇ ਰਾਜ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜ ਭਾਵੇਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ ਚਲੇ ਗਏ ਹਨ। ਪਰ ਆਮ ਜਨਤਾ ਹਾਲੇ ਵੀ ਮਾਸ ਖਾਣ ਜਾਂ ਨਾ ਖਾਣ ਬਾਰੇ, ਸੂਰ ਜਾਂ ਗਾਂ ਖਾਣ ਬਾਰੇ ਚੱਕਰ ਵਿਚ ਹੈ। ਮੀਟ ਖਾਣਾ ਜਾਂ ਨਾ ਖਾਣਾ ਕਿਸੇ ਦੀ ਨਿੱਜੀ ਸੰਪਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਸ ਅਧਾਰ ਤੇ ਦੰਗੇ ਖੜੇ ਕਰ ਦੇਣੇ, ਜਾਨਵਰ ਬਚਾਉਂਦਿਆਂ ਬੰਦੇ ਕਤਲ ਕਰ ਦੇਣੇ ਕਿਥੋਂ ਦੀ ਧਾਰਮਿਕਤਾ ਹੈ। ਕਾਸ਼ ਅਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤੀ ਮਾਰ ਲਈਏ। ਆਪਣੀ ਇਨਕਲਾਬੀ ਵਿਰਾਸਤ ਨੂੰ ਮੁੜ ਪੜ੍ਹੀਏ। ਇਕ ਸਪਸ਼ਟੀਕਰਣ —

ਪਿਛਲੇ ਅੰਕ ਵਿਚ ਟੋਲੀ ਫਿਲਮ 'ਓਹਲਾ' ਦੀ ਸੂਟਿੰਗ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਛਪੀ 'ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ' ਬਾਰੇ ਇਕ ਸੂਝਵਾਨ ਪਾਠਕ ਸੱਜਣ ਭਾਨ ਸਿੰਘ ਜੱਸੀ ਨੇ ਧਿਆਨ ਦੁਆਇਆ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿਚ ਕੁਝ ਯੂਨਿਟ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਅੰਧ

ਵਿਸ਼ਵਾਸੀ ਲਿਖਿਆ ਹੈ। ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਯੂਨਿਟ ਮੈਂਬਰ ਸਨ। ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਯੂਨਿਟ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਭਾਵ ਫਿਲਮ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੇ ਤਕਨੀਕੀ ਬੰਦਿਆਂ ਦੇ ਯੂਨਿਟ ਤੋਂ ਸੀ, ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਸੁਸਾਇਟੀ ਦੇ ਕਿਸੇ ਯੂਨਿਟ ਤੋਂ ਨਹੀਂ। ਫੇਰ ਵੀ ਇਸ ਪਾਸੇ ਧਿਆਨ ਦੁਆਇਣ ਲਈ ਭਾਨ ਸਿੰਘ ਜੱਸੀ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ।

★ ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਦੀ ਫੇਰੀ ਸਮੇਂ ਮਨ ਬਣਾਇਆ ਸੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦਾ ਪਰ ਕਈ ਚੱਕਰ ਮਾਰਨ ਤੇ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਸੰਭਵ ਨਾ ਹੋ ਸਕਿਆ। ਜਿੰਨੇ ਵੀ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਰਸਾਲੇ ਮਿਲੇ ਇਕੱਤਰ ਕਰਕੇ ਕਨੇਡਾ ਤੋਂ ਲੈ ਆਇਆ। ਤੁਸੀਂ ਸੱਚਮੁੱਚ ਹੀ ਅਜਿਹਾ ਵਧੀਆ ਰਸਾਲਾ ਕੱਢਣ ਲਈ ਵਧਾਈ ਦੇ ਪਾਤਰ ਹੋ। ਅੱਜ ਜਦੋਂ ਕਿ ਪੰਜਾਬ ਵਿੱਚ ਲੁੱਟਾਂ ਖੋਹਾਂ ਦਾ ਬਜਾਰ ਗਰਮ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸੋਚ ਪੰਜਾਬ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਚਾਨਣ ਮੁਨਾਰਾ ਹੈ। ਰਸਾਲੇ ਦੀ ਸਾਰੀ ਸਮੱਗਰੀ ਰੋਚਕ, ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਪਦਾਰਥਵਾਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਰਸਾਲੇ ਦੀਆਂ ਦੋ ਚਾਰ ਕਾਪੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰ ਭੇਜਿਆ ਕਰੋ।

ਗੁਰਸਰਨ ਸਿੰਘ ਗਿੱਲ (ਕਨੇਡਾ)

★ ਰਸਾਲੇ ਦੀ ਸਫਲਤਾ, ਸੋਹਣੀ ਦਿੱਖ, ਤੇ ਵਧੀਆ ਲੇਖਾਂ ਦੀ ਚੋਣ, ਸਭ ਕੁਝ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਵਧਾਈ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ। ਇਸ ਵਾਰ ਦੀ (ਮਈ-ਜੂਨ) ਸੰਪਾਦਕੀ ਮੌਜੂਦਾ ਹਾਲਤਾਂ ਉਪਰ ਇਕ ਇਤਿਹਾਸਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਹੈ। ਇਨਸਾਨ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤੀ ਮਾਰਨ ਲਈ ਮਜਬੂਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਟਾਈਟਲ ਵਿਗਿਆਨ ਦੇ ਜਾਨਣ ਵਾਲੇ ਲਈ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਖਿਚ ਭਰਬੂਰ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਸਧਾਰਨ ਪਾਠਕ ਨੂੰ ਪੜਨ ਲਈ ਸ਼ਾਇਦ ਮੁਸ਼ਕਲ ਲਗਦਾ ਹੈ।

★ ਸੋਹਣ ਸਿੰਘ ਤਲਵਾਰ (ਫਗਵਾੜਾ) ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨੂੰ ਸਮਝਦਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਮਨੁੱਖਤਾ ਦੀ ਸੇਵਾ ਵਾਸਤੇ ਵਿਗਿਆਨ ਦੀਆਂ ਕਿਰਣਾਂ ਬਖੇਰਨ ਲਈ ਮੇਰੇ ਵਲੋਂ ਮੁਬਾਰਕ ਕਬੂਲ ਕਰਨੀ। ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਵਿਚ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਤੇ ਕਹਾਣੀਆਂ ਵਧੇਰੇ ਦਿਆ ਕਰੋ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲੇ ਲੇਖ ਥੋੜੇ ਹੋਰ ਸੰਖੇਪ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰੋ। ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਨੂੰ ਵੇਲੇ ਸਿਰ ਪਾਠਕਾਂ ਤੱਕ ਪੁੱਜਦਾ ਕਰਦੇ ਰਿਹਾ ਕਰੋ।

ਨਵੱਤਰ ਸਿੰਘ, ਸੰਧੂ ਚੱਠਾ, ਜਿਲਾ ਕਪੂਰਥਲਾ।

## ਸੰਪਾਦਕ ਦੀ ਡਾਕ

★ ...ਮੈਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਇਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਪੜ੍ਹਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਹਾਂ। ਕਾਫੀ ਸਾਰਾ ਗਿਆਨ ਮਿਲਿਆ। ਮਿਲਟਰੀ ਵਿਚ ਹੋਣ ਕਾਰਣ ਇੰਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਮੈਂ ਟਾਇਮ ਕੱਢ ਕੇ ਪੜ੍ਹਦਾ ਹਾਂ ਤੇ ਕਾਫੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਨ ਦਾ ਸ਼ੌਂਕ ਹੈ। ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸ਼ਕਾਇਤ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਘੱਟ ਪੜ੍ਹੇ ਹਾਂ, ਵਿੱਚ ਸ਼ਬਦ ਬਹੁਤ ਔਖੇ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੋਧੀ ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਚ ਲਿਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਿਆ ਕਰੋ।

ਨੌਕ ਪਰਮਜੀਤ ਸਿੰਘ  
ਕੇਅਰਆਫ 56 ਏ. ਪੀ. ਓ.

★ ਤੁਹਾਡੀ, ਪਰਚਾ ਆਪ ਪੜ੍ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਣਨਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਦੀ ਲਗਨ ਨੇ ਸਾਡਾ ਹੌਂਸਲਾ ਵਧਾਇਆ ਹੈ। ਸਿਆਣਿਆਂ ਦਾ ਕਥਨ ਹੈ ਵਿਹਲ ਵੱਧ ਹੁੱਝਿਆਂ ਕੋਲ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਦੂਜੇ ਸ਼ਬਦਾਂ 'ਚ ਹੁੱਝੇ ਹੋਏ ਬੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਵਕਤ ਦੀ ਕਦਰ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਦਾ ਵੱਲ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਆਉਂਦੇ ਖੱਤ ਉਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਘੱਲਣੀ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਂ ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਏ।

— ਸੰਪਾਦਕ

★ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਪੇਪਰ ਦੀ ਦਿਖ ਬਹੁਤ ਖਿੱਚ ਵਾਲੀ ਬਣ ਗਈ ਹੈ। ਪਾਠਕਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਪੇਪਰ ਵਿਚ ਛਪਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਲੇਖ ਮਾਨਸਿਕ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਲਾਹੇਮੰਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰਮੇਲ ਸਿੰਘ 'ਸਨੀ'

ਸੇਖੂਵਾਸ (ਲਹਿਰਗਾਗਾ)

★ ਰਜਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਦੀ ਲਿਖਤ 'ਕਹਾਣੀ ਦੀ ਕਹਾਣੀ' ਬਹੁਤ ਹੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਸੀ। ਇਸੇ ਅੰਕ ਵਿੱਚ ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਬਿਲਿੰਗ ਦੀ ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀ

'ਮਨਹੂਸ ਕੌਣ?' ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਾਲੀ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿਉਂਕਿ ਜੇ ਉਲਟ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸੋਚਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ ਜੇ ਯੂ. ਪੀ. ਤੋਂ ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹੀ ਨਾ ਆਉਂਦਾ ਤਾਂ ਪਿੰਡ ਵਿਚਲੇ ਬੰਦਿਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਹੀ ਨਾ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਵੋਨ ਦੀ ਟਰੱਕ ਨਾਲ ਟੱਕਰ ਹੁੰਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਉਸੇ ਆਦਮੀ ਦੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਰੁਝੇ ਰਹੇ ਅਤੇ ਡਰਾਈਵਰ ਨੂੰ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾ ਕੇ ਧਿਆਨ ਉਧਰ ਆਪਣੇ ਵੱਲ ਹੀ ਲਾ ਲਿਆ।

★ 'ਨੀਂਦ ਦੇ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਪੱਖ', 'ਪਰਬਤ ਹਿਲਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ' ਅਤੇ 'ਮਾਨਸਿਕ ਰੋਗੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਮਾਜ ਦਾ ਜਾਲਮਾਨਾ ਰਵੱਈਆ' ਤਿੰਨੋਂ ਬੜੇ ਖੋਜ ਪੂਰਨ ਲੇਖ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਆਮ ਪਾਠਕ ਨੂੰ ਵੀ ਜੀਵਨ ਜਾਂਚ ਸਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। 'ਓਵਰਕੋਟ ਦਾ ਭੂਤ', 'ਮਾਂਦਰੀ ਦੀ ਚਾਲ' ਅਤੇ ਮਿੰਨੀ ਕਹਾਣੀਆਂ ਬੜੇ ਦਿਲਚਸਪ ਫੀਚਰ ਹਨ। ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਗੱਲ ਹੈ 'ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦਾ ਉੱਚਾ ਤੇ ਸੁੱਚਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ'।

ਲਾਲ ਸਿੰਘ ਸਿੱਧੂ ਤੇ ਅਵਤਾਰ ਸਿੰਘ ਬਿਲਿੰਗ  
ਅਕਲੀਆ (ਬਠਿੰਡਾ) ਪਿੰਡ ਤੇ ਡਾਕ: ਸੋਹ ਲੁਧਿਆਣਾ

★ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਦੀ ਸਮੱਗਰੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਖਿਚ ਭਰਪੂਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਉਂ ਨਾ ਤੁਸੀਂ ਸਾਡੀ ਦੋ ਮਹੀਨੇ ਉਡੀਕ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਸਨੂੰ ਮਾਸਿਕ ਹੀ ਕਰ ਦੇਵੋ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਵਧੀਆ ਹੋਵੇਗਾ। ਨਸਿਆਂ ਵਿਰੁੱਧ ਵੀ ਲੇਖ ਦਿੰਦੇ ਰਿਹਾ ਕਰੋ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਤੋਂ ਲੋਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਲ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣ।

ਸੁਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ

ਪਿੰਡ ਅਟਾਰੀ ਡਾ: ਬੋਲਾ (ਰੋਪੜ)

(ਬਾਕੀ ਡਾਕ ਸਫਾ 31 'ਤੇ)

ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਲਹਿਰ ਦੇ ਸਮਰਥਕ ਸ੍ਰੀ ਖਰਲਵੀਰ ਕਵੈਂਟਰੀ ਨੇ ਇੰਗਲੈਂਡ ਤੋਂ 'ਤਰਕਸ਼ੀਲ' ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਜੋਂ 300 ਪੌਂਡ ਦੇ ਚੰਦੇ ਇਕੱਤਰ ਕਰਕੇ ਭੇਜੇ ਹਨ। ਅਦਾਰਾ ਤਰਕਸ਼ੀਲ ਇਸ ਸਹਿਯੋਗ ਲਈ ਤਹਿ-ਦਿਲੋਂ ਧੰਨਵਾਦੀ ਹੈ।



11/10/92 - 11 29

## ਅੰਧਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ-ਕਰੇ ਸਰਮਾਏਦਾਰ

ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਕਾਰਖਾਨੇ ਉਦੋਂ ਖੁੱਲ੍ਹੇ, ਜਦੋਂ ਸੰਸਾਰ ਪੱਧਰ ਤੇ ਸਾਮਰਾਜਵਾਦ ਤੇ ਵਿਸ਼ਵ ਯੁੱਧ ਦੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਕੇ ਪੂੰਜੀਵਾਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਕੇ ਆਪਣੀ ਬੁੱਢੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਆ ਚੁੱਕੀ ਸੀ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਧਰਮ ਦਾ ਵਿਰੋਧ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਯੂਰਪ ਦਾ ਪੂੰਜੀਵਾਦ ਆਪਣੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਫੇਰ ਤੋਂ ਧਰਮ ਨੂੰ ਸਥਾਪਤ ਕਰਕੇ ਕਿਸਮਤ, ਸਵਰਗ ਅਤੇ ਪੁਨਰ-ਜਨਮ ਦੇ ਗੋਰਖ ਧੰਦਿਆਂ ਨੂੰ ਫੈਲਾਉਣ ਲੱਗ ਪਿਆ ਸੀ। ਉਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਵੀ ਆਪਣੀ ਹੋਂਦ ਦੀ ਰਾਖੀ ਲਈ ਪੂੰਜੀਵਾਦ ਨੂੰ ਜਗੀਰਦਾਰੀ ਕਦਰਾਂ ਦਾ ਸਹਾਰਾ ਲੈਣਾ ਪਿਆ। ਇਹੀ ਕਾਰਣ ਹੈ ਕਿ ਪੂੰਜੀਪਤੀ ਵਰਗ ਸਿਨਮਾ ਰਾਹੀਂ ਜੇ ਇੱਕ ਪਾਸੇ ਬੈੱਲ-ਬਾਟਮ, ਸਕਰਟ-ਜੀਨਜ਼, ਅੱਧ ਨੰਗੇ ਸਰੀਰ, ਸ਼ਰਾਬ ਪੀਣਾ, ਕੈਬਰੇ, ਅਲਿੰਗਣ, ਬਾਥਿੰਗ ਸੂਟ, ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਪ੍ਰੇਮ ਆਦਿ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਨਿਘਰਨ ਯੋਗ ਸਮਾਜੀ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਜਿਉਂਦਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਹਰ ਤਸਵੀਰ ਵਿੱਚ ਈਸ਼ਵਰ ਦੇ ਕ੍ਰਿਸ਼ਮੇ ਦਿਖਾ ਕੇ ਅੰਧਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਜਗੀਰੂ ਕਦਰਾਂ ਕੀਮਤਾਂ ਦਾ ਵੀ ਪ੍ਰਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਕੁੜੀ ਨੂੰ ਗੁੰਡਿਆਂ ਦਾ ਸਰਦਾਰ ਚੁੱਕ ਕੇ ਲੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹ ਉਸ ਨਾਲ ਬਲਾਤਕਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਕੁੜੀ ਚੀਕਾਂ ਮਾਰਦੀ ਹੈ। ਉਸਦੀ ਲਾਚਾਰ ਆਵਾਜ਼ ਨੂੰ ਸੁੰਨ-ਸਾਨ ਜੰਗਲ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸਹਾਰਾ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ। ਉਸਦੇ ਕੱਪੜੇ ਲੀਰੋ-ਲੀਰ ਕਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉੱਥੇ ਸ਼ਿਵਜੀ ਦੀ ਇੱਕ ਮੂਰਤੀ ਹੈ, ਮੂਰਤੀ ਦੇ ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤਰਸੂਲ ਹੈ। ਕੁੜੀ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਦੀ ਅਖੀਰਲੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਆਪਣੀ ਸਾਰੀ ਤਾਕਤ ਲਾ ਕੇ ਉਸ ਗੁੰਡੇ ਨੂੰ ਪਿੱਛੇ ਵੱਲ ਧੱਕਣ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਗੁੰਡਾ ਭੋਲੇ-ਭੰਡਾਰੀ ਦੇ ਤਰਸੂਲ ਉੱਤੇ ਜਾ ਡਿੱਗਦਾ ਹੈ, ਸ਼ਿਵ ਜੀ ਦੇ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਤੇ ਹਾਸਾ ਹੈ ਤੇ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਬੈਠੇ ਵੇਖਣ ਵਾਲੇ ਤਾਲੀਆਂ ਬਜਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਖੁਸ਼ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਰੱਬ ਉੱਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਤਾਕਤ ਉੱਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਘਟ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਲੋਕ-ਵਿਰੋਧ ਦੀ ਆਸ ਘੱਟ ਹੋ ਰਹੀ ਹੈ।

—ਸੂਹੀ ਸਵੇਰ

If Undelivered, Please Return :

TARKSHEEL

Post Box No 22,

BARNALA-148101

PRINTED MATTER

To,